

الصلوة حياة

إعداد

محمد بهنسي



الصلاة حياة

تأليف
محمد بهنسي

تقديم الدكتور
مصطفى محمود

دار شريف للنشر والتوزيع

الناشر: دار شريف للنشر والتوزيع

أدكو - شارع سعد زغلول - محافظة البحيرة

٠٤٥٢/٩١٢٢٦٦ & ٠٤٥٢/٩١٠٠٦١ : ٢

رقم الإيداع: ٢٠٠٤/١٠٥١٩

التراقيم الدولي: I.S.B.N. 977-6143-01-6

جمع وإخراج: شيماء ربيع فؤاد

حقوق الطبع والتوزيع محفوظة للناشر

تحذير:

يحذر النشر أو النسخ أو التصوير أو الاقتباس
بأي شكل من الأشكال إلا بإذن وموافقة خطية من الناشر

٢٠٠٥/٢٠٠٤

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عبد الزاق نوفل

أخي حي الله
السيد ارستان محمد صباه رهنی

تمت طبعه وبعده
فلما تلمت خطابه كتابه وكم اسعدني انه تلعت هذا الكتاب
ان يزداد هذا الدعاة الى الله والاسلام بالعلم به وتنظيم العمل الطاهرة
التاكرست جهدها وخالها في سبل الدعوة الاسلامية اذ قد امد له بالتوفيق
وانه ليجود هذا الكتاب بالثروة من مكنه ونتاج مسيرته امدت الله
قد اهلبي الكتاب حقاً. وقد اخذت كاتبة هذه رسالة فالتفتت به قبل
منه الصداق ما سبى وقد جمع السبب هذه ابحاث العظمى واستراقات الالهيات
العلمية الحديثة في موضوع بحثي الاصل والاساس في العبادة الاسلمية. كتب الى
لك بغير ما اشرتت وجهت ثواباً وفضلنا وفقه الله قلبك وامننا وابدأ
وشرافه وامن والافيد به لانتاج الموحدة الناجح امدت الله

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

امين
1981/1/19

تقديم

الدكتور مصطفى محمود

من حيث المادة العلمية والموضوعية فهي ممتازة إلى حد كبير، وتدل علي عقلية مستوعبة هاضمة للأفكار الجيدة، وكذلك في الموضوع أفكار جديدة وتصور جيد للصلاة الإسلامية، ونحن نرحب بهذا الأسلوب العصري في معالجة الأمور الدينية . وهي علي كل حال محاولة ناشئة جديرة بالتشجيع.

مصطفى محمود

الباب الأول

الصلاة والتكيف

- التكيف (أمثلة من عالم الحيوان والنبات والإنسان).
- علاقة التكيف بالصلاة.
- أمثلة لحالات التكيف في الصلاة (التيمم والمسح علي الجبائر، صلاة المسافرين، سجود السهو، صلاة المريض، صلاة الخوف، المسح علي الخف أو الجوارب).
- الاجتهاد يشبه التكيف في الصلاة.
- انتقال أثر التكيف في الصلاة إلي الحياة الخارجية.
- التقليد الأعمى سوء تكيف.

بسم الله الرحمن الرحيم

مقدمة

الإسلام لا يلغى حق حياة الدنيا في الاستعداد للآخرة ، إنما كل ما جاء به الإسلام هو للتعامل الدنيوي ، وأن الدنيا هي الطريق إلى الآخرة. طريق واحد يبدأ بخير الدنيا حتى ينال المسلم خير الآخرة. والصلاة عنصر أساسي في هذا الدين ، بل هي عماده ، وسنجد بوضوح كيف أنها لخير الدنيا قبل أن تكون لثواب الآخرة كما أن ما تحققه للمسلم من مزايا في الدنيا هو عينه الثواب المضاعف في الآخرة.

وكل ما هو مكتوب في هذا البحث هو مجرد محاولة :

هي محاولة لمزج العلم بالدين حتى يمكن دراسة العلم من خلال الدين فيمكننا دراسة موضوعات لعلم النفس من خلال دراستنا للصلاة، وهي محاولة للكتابة بأسلوب عصري .

هي محاولة لتوضيح ما يمكن أن تمنحه الصلاة من جنة في الدنيا ، قبل أن تكون بشرى لجنة الآخرة ، وهذا عكس النظرة التي تحدث على القيام بالصلاة وإلا تعرض الإنسان للجحيم في الدنيا ، والعذاب عند الموت، وجحيم الآخرة الأشد .

هي محاولة لمساعدة الإنسان الذي لا يصلي على أن يكتسب صفة الصلاة وأن نجد في علم النفس وصفة للإنسان الذي لم يستطع أن يدخل الصلاة من باب العبادة أولاً وأساساً كما أمرنا الله سبحانه وتعالى .

هذا البحث يتناول :

- ١- الصلاة يسر وسهولة ومرونة ، وهي عبادة لا تتوقف مادام المسلم حيا.
 - ٢- ثواب الصلاة في الدنيا نفسا وجسما وعقلا ، يسبق ثواب الآخرة الأهم .
 - ٣- تشتيت الذهن في الصلاة ، وهو ما نعانى منه جميعا . والمعروف أن الرسول (ﷺ) قد سها مرة في صلاته ، وإن سيدنا عمر (ؓ) قال :
" إني لأجهر جيشي وأنا في الصلاة " .
 - ٤- الصلاة عادة عبادة ، إطارها الخارجى أى حركاتها عادة ، ومضمونها وهو الصلة بالله عبادة .
 - ٥- الصلاة عادة تحافظ على الوقت وهو حياة الإنسان ، فهي أعظم منظم لوقته .
 - ٦- أهمية صلاة الجماعة لحياة المجتمع ، وما يمكن أن تحدثه من تغيير ثورى فى المجتمع .
- إننا فى هذا البحث نتعرض لموضوعات مثل : العادة ، والتركيز
الذهنى والتكيف النفسى ، والذاكرة والانتباه ومشتتات الانتباه ، والنشاط
العقلى والنمو نفسيا وعقليا وجسديا ، والذى كون فى النهاية حيوية
الإنسان ونتعرض أيضا لموضوع القيادة فى المجتمعات ، وتفاعل الإنسان
خلال المجتمع .
- كل هذه العناصر السابقة والتى هى موضوعات لعلم النفس
الاجتماعى نجد أن لها ارتباطا وثيقا بالصلاة ، فإذا كان علم النفس يتعامل
مع حياة الإنسان بمظاهرها الخارجية والداخلية ، فالصلاة الإسلامية تتعامل
مع حياة المسلم .

الفردية فى كل جوانبها ، وكذلك مع حياة المسلم الاجتماعية . إذن
فالصلاة حياة .

حياة حقيقية فاضلة للدنيا والآخرة ، والله سبحانه وتعالى يدعونا
لهذه الحياة فى محكم كتابه : ﴿ يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ
وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ ﴾ . (سورة الانفال : ٢٤)

فالله سبحانه وتعالى دعانا إلى دينه إلى الإسلام وعماده الصلاة .
وهذا سيحيينا الحياة الحقيقية ، حقا إن الصلاة حياة .

أتمنى من الله العلى القدير أن أكون قد وفقت فى محاولتى وأن
تحتسب عنده سبحانه وتعالى من العلم النافع . لقد حاولت الجمع بين الدين
وعلم النفس ونسجت من مبادئهما هذا الكتاب ، فجاء بسيطا وبساطة
المبادئ ذاتها والله الموفق .

وإن كنت قد أصبت فلى من الله الأجر والثواب ، إن لم أصب فأسأل
الله لى المغفرة ومن قارئ هذا الكتاب العون والنصح والإرشاد وله من الله
خير الجزاء .

الصلاة والتكيف

□ التكيف:

إن مفهوم التكيف أول ما استخدم كان للتعبير عن معنى بيولوجي ومثال ذلك ما يقوم به الحيوان من تكيف مع ظروف المناخ ، فالدبة عندما تواجه فصل الشتاء وقلة الغذاء تقوم بما يسمى (بالبيات الشتوى) للتكيف مع ما جاء به الشتاء من تغير فى الظروف .

ولقد استخدم علم النفس هذا التعبير على نطاق واسع واعتبر أن الصحة النفسية الجيدة تأتي من التكيف السليم بين المرء وبيئته التى تشمل البيئة الطبيعية والاجتماعية والمرء نفسه .

والصلاة سلوك لا يتوقف مرتبط بأنفاس الحياة للمسلم فالصلاة تعنى استمرار العبادة للمسلم مادام حيا . ولكن هناك متغيرات فى الحياة فهل الظروف المتغيرة توقف استمرار عمل الصلاة ؟ أم هناك تكيف مع هذه الظروف بحيث تستمر الصلاة بالرغم من أى شىء ؟ وهل ممارسة التكيف مع الظروف المتغيرة لضمان استمرار الصلاة يحقق لعقل المصلى صفة المرونة بحيث يمكنه أن يتكيف مع الظروف المتغيرة التى تحاول أن تعوقه عن تحقيق أهدافه المختلفة . وأن يستمر فى العمل من أجل تحقيقها ؟

ويمكن أن يلاحظ التكيف بوضوح عن الإنسان فى حياته اليومية من تلائم مع ظروفه المختلفة ، فى شكل البناء بحيث يحقق له أنسب الظروف التى يعيش فيها . فلا يعقل مثلا إذا كان يعيش فى صعيد مصر الحار أن يبني منزله بالألومنيوم وان يجعل سطح المنزل على هيئة أسطح

منازل الإنجليز . إن ذلك سوء تكيف لظروف المناخ، فإن معدن الألومنيوم المستخدم فى بناء منزله يعنى ارتفاعاً شديداً فى درجة الحرارة داخل المنزل ، مما يجعل الحياة داخله شبه مستحيلة . لذلك فإن أسطح بيوت الإنجليز بنيت حتى تتناسب مع مناخهم والمطر الغزير الذى لا ينقطع فى بلادهم .

وأيضاً يتكيف الإنسان مع ظروف المناخ باختياره نوع الملابس . فيرتدى فى الصيف الحار ملابس خفيفة ورقيقة، أما فى الشتاء البارد فيرتدى الملابس الثقيلة لتحميه من البرد . ماذا تقول لشخص يرتدى فى الصيف الحار الملابس الثقيلة ؟ إنه بالقطع سوء تكيف مع ظروف المناخ .

وكذلك نجد أن الإنسان يختار أنواع الأكل بحيث تخدم له هدف التكيف مع ظروف البيئة المحيطة ، فساكن المناطق الباردة يأكلون الطعام الدسم ، ويستخدمون الشحوم بكثرة فى غذائهم ، ويحبون كل أنواع الطعام التى تعطى لهم الطاقة التى تهين لهم التكيف السليم مع ما يحيطهم من جو بارد .

وهذا عكس السكان الذين يعيشون فى المناطق الحارة فإنهم لا يتناولون أنواع الطعام السابقة وإنما يتناولون أطعمة تتناسب مع طبيعة جوهم الحار .

والله سبحانه وتعالى عندما خلق الناس خلقهم مختلفين فى الشكل، حتى يحقق لهم هذا الاختلاف التكيف السليم مع البيئة التى يعيشون فيها . وهكذا نرى حكمة الله سبحانه وتعالى فى أن تكون سمات الإنسان الذى يعيش وسط أفريقيا تختلف عن صفات أفراد الإسكيمو ، حتى يمكن لكل

إنسان أن تؤهله صفاته للبقاء والاستمرار فى البيئة التى يعيش فيها . هذه هى آية الله فى خلقه :

﴿ وَمِنْ ءَايَاتِهِ خَلْقُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ السِّنِّكُمْ وَالْوَنُكُزِ ﴾^(١)
ففى وسط إفريقيا حيث درجة الحرارة العالية وظروف المناخ الصعبة خلق الله الزوج لتعيش فى هذا المكان وأن تكون صفاتهم من أنف أقطس وشعر مجعد ولون أسود ، مميزات تهيئ لهم التكيف السليم مع ظروف البيئة بحيث يمكنهم الاستمرار .

وأفراد الإسكيمو يمتازون بصفات معينة ، من عون ضيقة ولون أبيض للبشرة ، وشعر ناعم ، كل تلك الصفات تهيئ لهم التكيف السليم مع الجليد الذى يعيشون عليه ، حيث درجة الحرارة تحت الصفر . ماذا لو أن الزوج ذهبوا إلى بلاد الإسكيمو ليعيشوا فيها ، أو ذهب أفراد الإسكيمو ليعيشوا فى وسط أفريقيا ، الإجابة أنهم لن يستطيعوا الاستمرار . وصدق رسول الله (ﷺ) حيث يقول " كل ميسر لما خلق له " .

حتى فى عالم النبات نجد أن صفات النباتات التى تعيش فى المناطق الصحراوية تختلف عن صفات النباتات التى تعيش فى المناطق الأخرى ، وهذه الصفات لا تختلف فقط فى الشكل الظاهرى ، إنما تختلف أيضاً فى التركيب التشريحي ، وأى دارس لعلم النبات سيعدد لنا الصفات الظاهرية والصفات التشريحية التى تهيئ للنبات الصحراوى الاستمرار فى بيئته .

وفى الحياة الاجتماعية نرى أمثلة لأشخاص غير قادرين على التكيف السليم فنجدهم فاشلين فى علاقتهم الاجتماعية مع الآخرين ولذلك

(١) الروم ٢٢ .

يطلق البعض على الشخص صاحب السلوك المتحجر لقب (قفل) بمعنى أنه غير مرن في التصرف مع الناس . مما يجعل الناس تنفر منه . ويعتبر علم النفس سوء التكيف الاجتماعي والعزلة عن الناس نوعاً من المرض النفسي الذي يستحق العلاج .

ومن التعريفات التي يمكن أن تطلق على الشخص الذكي هو (الشخص القادر على التكيف مع ظروف البيئة المتغيرة تكيفاً سليماً) . ومن الواضح أن عملية التكيف عبارة عن غذاء للعقل ، لأن نمو العقل ينشئ من مواجهته للتحدي المستمر الناتج عن التغيرات المستمرة التي تواجهه ، وطلب الحلول لها ، وهذه الحلول عبارة عن تكيف سليم للمواقف الجديدة . ولذلك قيل (إن الحاجة أم الاختراع) بمعنى أن الاختراع هو التكيف السليم للظروف التي دعت الحاجة إليها.

□ علاقة التكيف بالصلاة :

إن الصلاة ليست شكلاً جامداً يؤدي دون أي اعتبار لاختلاف الظروف . فمثلاً إذا تغيرت الظروف ولم يعد هناك ماء للوضوء فما الحل ؟ هل يتوقف المسلم عن أداء الصلاة لعدم وجود الماء ؟ . لا . إن المسلم لا يتوقف عن الصلاة إذا واجهته مشكلة فقدان الماء . والإسلام أعطى للمصلي تكيفاً سليماً مع هذا الظرف المفاجئ وهو التيمم وهو وضوء بدون ماء حتى تستمر الصلاة ولا تتوقف . وإذا كان المسلم مسافراً أو مريضاً أو في سفينة أو أثناء الحرب ، وكلها أحوال متغيرة فماذا يفعل أمام هذه المتغيرات ؟

إن الصلاة مدرسة تعلم المسلم كثيراً من الصفات ، ومنها المرونة الناتجة عن تعلمه التكيف السليم أمام المتغيرات التي تعترض الصلاة وفي

الحديث " المؤمن كيس فطن ". فليست الصلاة مجرد حركات تؤدي فقط ، وإنما هي روح تسرى من فترة أداء الصلاة إلى اليوم كله . والرسول (ﷺ) عندما كان يواجه ارتفاع درجة الحرارة كان يتكيف مع ظروف المناخ فيقدم ميعاد الصلاة أو يؤخرها ، فعن أنس قال: (كان النبي ﷺ إذا اشتد البرد بكر بالصلاة - وإذا اشتد الحر أبعد بالصلاة) (١) . والابرد هو تأخير الظهر حتى يهدأ لفق الشمس وبذلك يتكيف الرسول (ﷺ) مع اشتداد درجة الحرارة وكذلك في حالة اشتداد البرودة كان الرسول (ﷺ) يكر بالصلاة حتى يتعامل مع ظروف البرودة الشديدة .

□ التيمم:

إذا دخل وقت الصلاة ووجد المصلي ظروفا طارئة كان لم يجد ماء على الإطلاق ليتوضأ به أو يغتسل به أو بعد الماء عنه بمقدار ميل ، أو كان يخشى من استعماله حدوث مرض أو زيادته أو يحتاج إليه ليشرب إنسان أو حيوان ، أو حال الخوف بينه وبين الوصول إليه، أو فقد أداة يستخرجه بها أو نحو ذلك.

نرى مما سبق أن هناك ظروفا متغيرة تطرأ على حال المسلم ، فتصبح قدرته على استعمال الماء للوضوء أو الاغتسال متعذرة ، فهل يتجمد المسلم أمام هذه الظروف فلا يتوضأ أو يغتسل ومن ثم فلا يصلي ؟

إن الإسلام علم المصلي كيف يتكيف مع هذه الظروف المتغيرة . التكيف السليم هو استبدال الماء المتعذر استخدامه بالتراب الموجود في كل مكان .

(١) البخاري

وفى حالة الغسل أو فى حالة الوضوء يضرب المتيمم بيديه على الأرض على أن تكون نظيفة ، ثم ينفذها ويمسح وجهه ويديه إلى الرسغين . قال الله تعالى ﴿ يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَئِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴾ (١).

والرسول (ﷺ) يعلمنا كيف نتيمم . عن عمار قال: أجبت فلم أصب الماء فتمعكت فى الصعيد وصليت فذكرت ذلك للنبي (ﷺ) فقال: " إنما يكفيك هكذا : وضرب النبي (ﷺ) بكفيه الأرض ونفخ فيهما ، ثم مسح بهما وجهه وكفيه " (٢).

ويجوز التيمم بالتراب الطاهر وبما هو من جنس الأرض كالرمل والحجر والحص ، وقد سبق أن الرسول (ﷺ) أنه تيمم على الحائط . وبهذا يباح للمتيمم ما يباح للمتوضئ من صلاة ومس للمصحف وغير ذلك.

وهناك كثير من المصلين تنقطع مواظبتهم على الصلاة لمجرد أنهم يقابلون موقفا طارئا يستوجب التيمم ويؤدون الفروض قضاء حتى تعود الظروف العادية التى تتيح لهم استخدام الماء ، وهذا سوء تكيف بالغ من جانبهم .

(١) المائدة ٦ .

(٢) نيل الأوطار .

□ المسح على الجائر :

إذا كان هناك ظروف متغيرة كإصابة عضو في جسم الإنسان تطلب
لفه بالجبرة فإن ذلك لا يكون سبباً في عدم أدائه للوضوء . إنما يكون
المسح على الجبرة هو التكيف السليم لهذا الوضع ، وهذا ما قاله الإسلام ،
وبذلك يكون وضع الجبرة لم يجبر المسلم على توقفه في أداء الوضوء .
عن علي قال : " انكسرت إحدى زندي ، فسألت النبي (ﷺ) فأمرني أن
أمسح على الجائر " .^(١)

□ صلاة المسافر :

السفر يعني انتقال إنسان من مكان يعيش فيه إلى آخر غريب عنه
لم يألّفه بعد ، بالإضافة إلى ما في السفر من مشقة وعناء . فالإنسان
أحواله تتغير في سفره لأنه ليس في موطنه الأصلي الذي تعود على كل
جزء فيه ، من بشر ومساجد وغير ذلك . أما المكان الجديد الذي انتقل إليه
بالسفر فهو فيه غريب عن الناس والمباني والشوارع وغير ذلك مما ألفه
جيداً في بلده .

وهناك من يقول كان السفر أيام الرسول (ﷺ) شاقاً ومجهداً ، أما
الآن فوسائل المواصلات من قطار وعربة وطائرة وبخرة وغيرها مريحة
فلا إجهاد صحي الآن في السفر ، فلا داعي إذا لاعتبار السفر حالة غير
عادية ، وبالتالي فلا يكون هناك داع للرخصة التي أعطيت للمسافر أيام
الرسول (ﷺ) من تقصير في عدد ركعات الصلاة وجمع تقديم وجمع
تأخير بين بعض الفروض .

(١) الدين الخالص

حقيقة إن ظروف السفر اليوم تختلف عن تلك التي كانت أيام الرسول (ﷺ) فقد اختلف العناء الذي كان يواجهه المسافر في زمن ما قبل اختراع وسائل المواصلات الحديثة . لكن بقي شيء واحد وهو الأهم لم يختلف وهو مقابلة موقف جديد ، يستوى فيه كل من مسافر اليوم ومسافر الأمس وهو الغربة بما تعنى من عدم الألفة ، والتي تتطلب التكيف حتى يمكن للمصلي الاستمرار في الصلاة . ولذلك بعد مدة من الزمن عندما يألف المسافر المكان الجديد الذي انتقل إليه .. ولم يعد يشعر بغربة فيه يعود إلى وضعه الطبيعي في أداء الصلاة وتسحب الرخصة منه فعن جابر قال: " أقام النبي (ﷺ) بتبوك عشرين يوما يقصر الصلاة " (١).

ويكون تكيف المسافر مع ظروف السفر كالآتي:

أولاً: في الجمع بين الصلاتين ، باداء أحدهما مقدمة مع التي قبلها أو مؤخرة مع التي بعدها . وهذا الجمع يكون حسب ظروف المصلي المسافر والذي يضطر إلى ذلك .

عن معاذ أن النبي (ﷺ) كان في غزوة تبوك، إذا زاغت الشمس قبل أن يرتحل جمع بين الظهر والعصر، وإذا ارتحل قبل أن تزيغ الشمس أخر الظهر حتى ينزل للعصر . وفي المغرب مثل ذلك : إن غابت الشمس قبل أن يرتحل جمع بين المغرب والعشاء وإن ارتحل قبل أن تغيب الشمس أخر المغرب حتى ينزل للعشاء ثم نزل فجمع بينهما " (٢).

ثانياً: في قصر عدد ركعات ، فالصلاة الرباعية تصبح ثنائية ، فصلاة كل من الظهر والعصر والعشاء تصبح ركعتين فقط وفي ذلك يسر على

(١) الدين الخالص .
(٢) فقه السنة .

المسلمين بما يمكنهم من أن يتكيفون تكيفا سليما مع ظروف السفر
ويضمن لهم الاستمرار في أدائها (الصلاة) .

عن عائشة رضي الله عنها قالت : قد فرضت الصلاة ركعتين بمكة
فلما قدم رسول الله (ﷺ) المدينة زاد مع كل ركعتين ركعتين إلا في
المغرب فأنها وتر النهار وصلاة الفجر طول قراءتها . وكان إذا سافر صلى
الصلاة الأولى. (١)

والله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ وَإِذَا ضَرَبْتُمْ فِي الْأَرْضِ فَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَنْ
تَقْصُرُوا مِنَ الصَّلَاةِ إِنْ خِفْتُمْ أَنْ يَفْتِنَكُمُ الَّذِينَ كَفَرُوا ﴾. (٢)

فقد ورد عن رسول الله (ﷺ) على الذين يتعجبون من إقصار
الناس في الصلاة بالرغم من ذهاب الخوف من الفتنة التي تحدثت عنها
الآية الكريمة السابقة ، وعن علي بن أمية قال : قلت لعمر بن الخطاب :
أرايت إقصار الناس الصلاة وإتماما قال الله عز وجل : ﴿ إِنْ خِفْتُمْ أَنْ
يَفْتِنَكُمُ الَّذِينَ كَفَرُوا ﴾ فقد ذهب ذلك اليوم . فقال عمر : " عجبت مما
عجبت منه فذكرت ذلك لرسول الله (ﷺ) فقال : صدقة تصدق الله بها
عليكم فاقبلوا صدقته " . (٣)

وأقصر مسافة ورد فيها حديث الرسول (ﷺ) تعطى للمصلي الحق
في رخصة المسافر عن أبي سعد الخدری قال : " كان رسول الله (ﷺ) إذا
سافر فرسخا يقصر الصلاة " (٤) . (والفرسخ خمسة كيلو مترات ونصف
تقريبا) .

(١) الدين الخالص .

(٢) النساء (١٠١) .

(٣) الدين الخالص .

(٤) الدين الخالص .

□ سجود السهو :

إذا كان المصلي يؤدي الصلاة وحدث أن قابله موقف طارئ وهو شكه في عدد ركعات صلاته فماذا يفعل ؟ هل توقف عن أدائه للصلاة ويعيدها مرة أخرى ؟ وسيكون في هذا عناء ومشقة للشخص الذي يكثر عنده الشك فما الحل ؟

إن الإسلام أعطى للمصلي الذي يشك في عدد ركعات صلاته تكيفاً سريعاً لهذا الوضع يمكنه به من الاستمرار في الأداء . هذا التكيف هو سجود السهو الذي هو تصحيح لما قد يقع فيه المصلي من خطأ . عن أبي سعيد الخدري أن النبي (ﷺ) قال : " إذا شك أحدكم في صلاته فلم يدر كم صلى ثلاثاً أم أربعاً ؟ فليطرح الشك وليبن على ما استيقن ثم يسجد سجدتين قبل أن يسلم " . (١)

وعلى هذا إذا شك المصلي في عدد ركعاته بنى على الأقل المتيقن ثم يسجد للسهو سجدتين قبل أن يسلم . وإذا لم يتذكر المصلي النقصان أو الزيادة إلا بعد التسليم تكون سجدتي السهو بعد التسليم . وعند نسيان التشهد الأول ، أو عند نسيان سنة من سنن الصلاة يسجد المصلي سجدتي السهو ثم يسلم . والرسول (ﷺ) يقول : (إذا قام أحدكم من الركعتين فلم يستقم قائماً فليجلس وإن استم قائماً فلا يجلس وسجد سجدتي السهو) . (٢)

وينبهنا الأستاذ/ محمد إسماعيل عبده فيقول (يجب سجود السهو على المأموم إذا سجد إمامه ، وله أن يتخلف عن التسليم مع إمامه ويسجد وحده للسهو جبراً لإخلال وقع منه) . (٣)

(١) مسلم .
(٢) نيل الأوطار .
(٣) العبادات في الإسلام .

□ صلاة المريض :

الأصل فى الإنسان هو الصحة ، أما المرض فعارض يصيب حياة الإنسان . فهل إذا تغير حال الإنسان الصحى وأصابه عارض المرض يتوقف عن أداء الصلاة حتى يعود إلى حالته الصحية؟

الواقع أن الصلاة للمريض مثل ممتاز تعلمنا كيف يمكننا أن نتكيف مع الظروف المتغيرة بحيث نستمر فى أداء أعمالنا . فإذا انقطع للمصلى وتر من أوتاره الصحية وأصل العزف على ما تبقى له من أوتار حتى يستمر لحن العبادة متصلاً.

ويقول الرسول (ﷺ) عن عمران بن حصين أن النبى (ﷺ) قال: صل قائماً فإن لم تستطع فقاعداً فإن لم تستطع فعلى جنب ، وإلا فاقوم .^(١)

فالمرض لا يعتبر عائقاً أمام المواظبة على الصلاة ، وطالما أن الإنسان يملك رفق الحياة فلا بد من أن يستمر فى أداء الصلاة ، ويتكيف نفسه على قدر طاقته الصحية فيحور الأداء كما علمه رسول الله (ﷺ) ليتكيف مع طبيعته الصحية التى يملكها . ومن ثم يستمر هدف هو أهم الأهداف ألا وهو الاتصال بالله .

أما عندما يفقد قدرته الصحية ويدخل فى غيبوبة . هنا يسقط عنه الأداء ، وإذا عاد إليه وعيه مرة أخرى ، فيعود إلى صلاته للطريقة التى تسمح بها صحته.

(١) سبل الإسلام .

□ صلاة الخوف :

حتى فى الحرب لا تنقطع الصلاة ، وإنما يستمر أداؤها، ولكن بالطريقة التى يتكيف بها المحارب مع ظروف المعركة ، وقد حدد المشرع ثلاث حالات لهذا التكيف .

❖ المرابطة، وهى عملية تمهيدية يكون الجيش فيها مستعداً لآى هجوم، ولكنه لا يتوقعه سريعاً وهنا تؤدى الصلاة بكامل هيئتها مع جواز الجمع بين الصلاتين وقصر الصلاة الرباعية .

❖ التوسب، وفى هذه الحالة تصل درجة الاستعداد إلى أقصى درجة للإحساس بأن المعركة أصبحت وشيكة الوقوع.

وهنا يضاف إلى الرخصتين السابقتين فى حالة المrabطة رخصة ثالثة وهى السير والتقدم أثناء الصلاة الجماعة . والله سبحانه وتعالى يقول: ﴿ وَإِذَا

كُنْتُمْ فِيهِمْ فَأَقَمْتَ لَهُمُ الصَّلَاةَ فَلْتَقُمْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا أَسْلِحَتَهُمْ فَإِذَا سَجَدُوا فَلْيَكُونُوا مِنْ وَرَائِكُمْ وَلْتَأْتِ طَائِفَةٌ أُخْرَى لَمْ يُصَلُّوا فَلْيُصَلُّوا مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا حِذْرَهُمْ وَأَسْلِحَتَهُمْ ﴾ (١).

❖ الالتحام، وفى هذه الحالة تكون المعركة قد قامت فعلاً . وهنا تقصر الصلاة ويصلى المقاتل كيفما أمكن ، قائماً أو قاعداً أو منبطحاً أى فى أى وضع يمكنه من أداء الصلاة ، دون الإخلال بمراعاة الحذر .

إذن الصلاة لا تتوقف حتى أثناء الاشتباك الفعلى . والمرونة تكون فى شكل الأداء ، حتى لا يتأثر العمل القتالى وتتأثر أيضاً سلامة المقاتل ،

(١) النساء ١٠٢ .

ومن ثم يستمر الحفاظ على الصلاة مع ظروفها المتغيرة والله سبحانه وتعالى يقول: ﴿ حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَى وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ ﴾ فَإِنْ خِفْتُمْ فَرَجَلًا أَوْ زُرْكَبَانًا ^(١).

□ المسح على الخف أو الجورب :

إذا كان هناك ظروف مناخية قاسية كبرودة الجو الشديدة ، أو إذا كان الإنسان مسافراً أو إذا كان مريضاً ، وكلها متغيرات حياة تواجه المصلي فهل هناك من وسيلة تساعد على التكيف في أداء وضوئه ؟ أعطى الإسلام للمصلي تكييفا سليما على هذه الطوارئ ، وهذا التكيف هو رخصة وتيسير ورحمة من الله . إذ أن الإسلام أعطى المصلي الحق في أن يمسخ على الخف أو الجورب ، ولكن لا يجوز المسح عليها إلا إذا كان الماسح متوضاً ولبسهما على طهارة ، وقد حدد المجتهدون للمسح أربعاً وعشرين ساعة المقيم في بلدته ، واثنين وسبعين ساعة للمسافر .

وهكذا نرى أن الصلاة مدرسة يمكن أن يتعلم فيها المسلم التكيف السليم مع الظروف المتغيرة ، وإذا واجه صعاباً أو موانع وهي تغيرات موجودة دائماً في الحياة فعليه التوفيق بينها وبين إمكانياته حتى يتمكن من الاستمرار في أداء الفريضة فتعلمه الصلاة تعديل سلوكه كي يتلائم مع ما يعرض له من ظروف وأحداث ومواقف جديدة غير منتظرة ، وقد قال فيلسوف أغريقي قديم : (كل شيء يتغير إلا قانون التغير).

(١) البقرة (٢٣٨) .

فالتغير هو سنة الحياة وقانونها الدائم ، والمصلى فى تكيفه مع المتغيرات يمتاز دائماً بالمرونة التى نجدها فى شخصية المؤمن (رحم الله عبداً سمحاً إذا باع وإذا اشترى وإذا اقتضى).

وهذه هى روح الإسلام فلا يراد بتكاليف الإسلام إعانت الناس وإيقاعهم فى الضيق والحرَج والله سبحانه وتعالى يقول: ﴿ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ﴾، ﴿ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ ﴾، ﴿ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُم مِّنْ حَرَجٍ وَلَئِنْ يُرِيدُ لَلْإِطْهَارَ كُمْ وَلِيُبَيِّنَ لَكُمْ نِعَمَتَهُ عَلَيْهِمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴾.

وفى السنة المطهرة (إن الدين يسر ولن يشاد الدين أحد إلا غلبه فسددوا وقاربوا) وما روى عن النبى (ﷺ) " ما خير بين أمرين إلا اختار أيسرهما ما لم يكن إثماً " .

□ الاجتهاد :

مثال آخر للإسلام واضح فى التكيف هو الاجتهاد وعندما ما كان الاجتهاد مزدهراً يعنى ذلك مجد الإسلام ، أما عندما جف معينة أصبح المسلمون متخلفين .

كم ولكن ما علاقة الاجتهاد بالصلاة ؟

إن الصلاة عبادة والاجتهاد هو التكيف لأداء عبادة أيضاً، أداء شريعة الله على الأرض . فكما أن الصلاة عبادة لا تتوقف أبداً ما دام المسلم يتنفس وليس فى غيبوبة كذلك الشريعة الإسلامية عبادة تحكم المجتمع المسلم ولا تتعطل أبداً.

ورأينا كيف أن المسلم عندما تواجهه ظروف متغيرة تحاول أن تعوقه عن عبادة الصلاة ، كيف يتكيف مع هذه الظروف المتغيرة بالتيمم أو القصر فى الصلاة أو غير ذلك من الرخص التى منحها الله له ، وعلمها له ورسوله الكريم .

كذلك على المسلمين أن يؤدوا عبادة تحكيم الشريعة ، ولكن تقابلهم الأحداث المتجددة والأماكن المختلفة ماذا يفعلون حتى يستمر أداء الشريعة ولا يتوقف ؟ يكون هناك تكيف مع الأحداث المتجددة والأماكن المختلفة ، هو الاجتهاد .

هناك هدف هو تحقيق العبادة ، وهذا هدف مقدس لا بد من الوصول إليه والوسيلة إلى تحقيق هذا الهدف يمكن أن تتحول أن تتعدل حتى يمكن الوصول إلى الهدف . هذا التحور أو التعديل فى الوسيلة هو التكيف ، مثلاً يحدث عندما نحور وسيلة الوضوء فى الصلاة من الماء نتعذر استخدامه إلى التراب الموجود فى كل مكان ، وبالتالي لا يتوقف الإنسان عن الاتصال بخالقه فى الصلاة بسبب عائق هو تعذر استخدام الماء.

والتكيف لتحقيق الشريعة الإسلامية هو تعديل الأسلوب المتبع والمؤدى إلى تحقيق الشريعة مادام هذا الأسلوب يصطدم مع الأحداث المتجددة أو الأماكن المتغيرة . ولكن وهذا هو الأهم أن هذا التحوير أو التعديل فى الأسلوب يجب ألا يمس الهدف أبداً ، وإلا تناقص مع الأمر الإلهي صريح أنزل فى القرآن ، أو حديث صحيح فى السنة المطهرة.

ولو نظرنا إلى الشرع الإسلامى نجده المصدر الثابت الذى يحتوى على المبادئ العامة التى لا تتوقع فى التفصيلات الجزئية ، اللهم إلا أمور العبادة التى لا يطرأ عليها تغير مثل الصلاة ونجد أن الفقه الإسلامى عبارة

عن القانون المتطور الذى يستمدّه الفقهاء من الشريعة ، وهو متطور لأنه يتكيف مع ظروف الناس المتغيرة فى كل عصر وفى كل مكان وبحيث لا يصطدم بالأصول الثابتة للشريعة والتكيف مع ظروف الحياة المتغيرة ، ذلك التكيف الذى يمكننا من أداء الشريعة يطلق عليه علماء الفقه الإسلامى (الاجتهاد) .

والاجتهاد يعبر عن حيوية المسلم بإزاء الإسلام وظروف الحياة المتغيرة ، لأنه يلائم بين متغيرات الحياة التى يعيشها المسلم وبين شريعته الإسلامية التى يؤمن بها ويعتبرها أساساً لحياته ، فمبدأ الاجتهاد فى الإسلام مبدأ نمو وحركة إلى الأمام ، وهذا المبدأ ناشئ من توجه الرسول (ﷺ) فيقول : " من اجتهد وأصاب فله أجران ومن اجتهد وأخطأ فله أجر واحد " .

وعلى هذا نجد أن الإسلام يحث على الاجتهاد ويعطى له درجات التقدير حتى للذى يخطئ وذلك حتى يتمكن المسلم من أن يتكيف مع أى عائق أمامه من ظروف مستجدة أو أماكن مختلفة فيكيف نفسه مع هذا كله بما يتلاءم مع الشريعة الإسلامية وبهذا يضمن الإسلام لنفسه النمو والازدهار والحركة عبر الزمان . وهذا ما عبر عنه أمير المؤمنين عمر بن عبد العزيز " يجد للإنسان من الأقضية بقدر ما يجد له من أقضية " .

وإن علماء القانون أجمعوا على أن الشريعة الإسلامية مرنة وقابلة للتكيف مع الظروف المتغيرة والأحداث المتجددة. ويقول الدكتور محمود الشافعى فى ذلك :

١- اعترف المؤتمر الدولى للقانون المقارن الذى انعقد بلاهاى سنة ١٩٣٢ بأن الشريعة الإسلامية مرنة ، قابلة للتطور وأنها إحدى الشرائع

الأساسية التي سادت ولا تزال تسود العالم وكان من بين أعضاء المؤتمر فقهاء من الإنجليز والفرنسيين والألمان.

٢- وفي دورته الثانية سنة ١٩٣٧ يقرر بالإجماع :

أولاً، اعتبار الشريعة الإسلامية مصدراً من مصادر التشريع العام .
ثانياً، اعتبارها حية قابلة للتطور .

ثالثاً، اعتبارها قائمة بذاتها ليست مأخوذة من غيرها .

وفي تاريخ الاجتهاد لا يمكننا أن ننسى المدارس والأشخاص الذين حملوا لواء الاجتهاد بعد الرسول (ﷺ) والصحابة . وأهم هذه المدارس مدرسة الرأي أو مدرسة الكوفة ، ويقول عنها الدكتور/ أحمد محمود الشافعي .

" كان أصحاب هذه المدرسة يرون أنه ما من نص نزل ولا حكم شرعه الله ورسوله إلا وقد قصد به خير الناس ونفعهم ودفع الضرر والفساد عنهم ، لذلك كانوا إذا رأوا من الأمور ما يحتاج إلى حكم شرعي التمسوه في الكتاب والسنة فإذا لم يجدوا نصاً يعطيهم الحكم عملوا الرأي ونظروا في علل الأحكام الشرعية وحكمها وقاسوا الأشباه والنظائر ليتوصلوا إلى الحكم الذي يلتمسونه وهذا أشبه بمذهب عمر ؓ ."

ويضرب لنا الدكتور محمود الشافعي مثلاً على ذلك فإن سداً عمر " لم يأخذ بظاهر اللفظ القرني بل راعى سره وحكم روحه وقرر أن الآية التي فرضت نصيباً لهؤلاء المؤلفات قلوبهم كانت لحكمة خاصة وسبب لم يعد قائماً وبين هذا قوله . إن الله قد أعز الإسلام وأغنى عنكم ، فليس في اجتهاد عمر الموفق بمنع سهم المؤلفات قلوبهم أبطال لهذا السهم كما توهم البعض ، بل أمره يدور مع السبب وجوداً وعدماً حتى إذا طرأت حاجة إلى

التأليف صح للإمام أن يصرفه للمؤلفة قلوبهم بحسب ما يرى من المصلحة.

وحين احتاج المسلمون بعد ذلك إلى التأليف أعمل النص وأخرج الحكم وقد حدث ذلك بالفعل في عهد " عمر بن عبد العزيز " حين تألف قلب " البطريق " وأعطاه ألف دينار لحاجة المسلمين ومصلحتهم وعملا بالكتاب والسنة " .

ومن حملة لواء التجديد من أئمة الإسلام الإمام أبو حامد الغزالي الملقب بحجة الإسلام ، وأيضاً ممن دعا إلى الاجتهاد وتكليف الفقه بحيث يتناسب مع أحداث عصرهما وفي نفس الوقت لا يصطدم مع الأصول الشرعية الثابتة ابن تيمية وتلميذه ابن القيم الجوزية وقد لقي في ذلك مشقة شديدة وصلت إلى حد السجن والموت . وفي العصر الحديث لا يمكننا إغفال الإمام محمد عبده كمجدد ورافض للتقليد .

واستمر النمو والحركة في الفكر الإسلامي حتى بلغ أوجه في نهاية القرن الثالث الهجري ، ثم جفت روح العقيدة وبقي الشكل الجامد منها ، وأصيب الفكر الإسلامي بالجمود وأكتفى المسلمون بالتقليد فقط .

ويقول الدكتور محمود الشاعفي إن " عصر التقليد والجمود يبدأ من منتصف القرن الرابع الهجري وينتهي في أواخر القرن الثالث عشر الهجري وينقسم إلى فترتين .

الولى من أول هذه المدة إلى سقوط بغداد في يد التتار سنة ٦٥٦ هـ .

الثانية من سقوط بغداد إلى ظهور المجلة العدلية سنة ١٢٨٦ هـ .

والرسول (ﷺ) كان يعلم قيمة الاجتهاد، وأن فيه حيوية واستمراراً في الإسلام ولذلك كان يدرب الصحابة رضوان الله عليهم على

الاجتهاد ليكونوا أئمة لمن يجي بعدهم ، وذلك ليضمن على قدرتهم على الاجتهاد .

وعندما اكتفى المسلمون بالتقليد فقط تحرك الآخرون وبقوا هم جامدين في مكاتهم تزدهر الحضارة في الدول الأخرى حولهم ، وهم يعيشون حالة عليها .

وضاعت أصالة الفكر الإسلامي .. ووقف المسلمون عند دور الببغوات في التقليد وأصبحوا تائهين يقدون الشرق مرة فيفشلوا ثم يقدون الغرب مرة أخرى فيفشلون أيضاً ، وتكون الحصيلة مسخ مشوه .
ألا عودة لروح الإسلام إلا عودة للنبي الصافي نرتوي منه أصالة الفكر ، ونمو الحركة للإمام لنلحق بركب الدول المتقدمة التي وطأت أرض القمر ونحن نخوض في ترع البلهارسيا .

□ انتقال اثر التكيف في الصلاة :

إذا كانت روح الصلاة هي الأساس لا حركاتها فاتمه يجب علينا أن نجعل هذه الروح تشع في كل حياتنا ، بمعنى أنه علينا أن ننقل أثر اتجاه المرونة وتكيفنا مع الأحداث المتغيرة الموجودة في الصلاة إلى كل سلوك في حياتنا فتؤدي كل أعمالنا بمرونة ، وكل موقف متغير بطراً لنا نتكيف معه فلا يصبح عائقاً أمامنا فلا تتوقف حياتنا ، ولا تجمد في مكاننا .

وقد اثبت علم النفس أنه يمكن أن ينتقل أثر التعلم ، فتعلمنا التكيف مع المتغيرات في الصلاة يمكن أن ينتقل أثره إلى مواقف الحياة المختلفة ، فيمكن انتقال أثر عادة من مجال إلى مجالات أخرى كعادة النظام أو النظام من البيت إلى المدرسة أو من المدرسة إلى البيت . وكذلك فإن التكيف مع الأحداث عادية عقلية يمكن أن ينقل أثرها من الصلاة إلى كل أحداث الحياة .

فأى ظرف متغير فى الحياة يواجهه المسلم ويقف حائراً أمامه لتحقيق هدف من أهدافه يشبه تماماً ما يواجهه المصلى عندما يفقد الماء أو عند المرض أو عند أى متغير آخر .

فعليه فى الحالتين أن يتكيف مع الظروف المتغيرة ليستمر فى تحقيق هدف العبادة الأولى ، أو هدف من أهدافه الأخرى، ويقول الدكتور/أحمد عزت راجح " انتقال أثر طريقة من طرق التعلم : فتعلم استذكار مادة دراسية معينة بالطرق الصحيحة للاستذكار قد ينتقل أثره إلى مواد أخرى ، وتعلم استخدام الأسلوب العلمى فى المدرسة قد يدعو الفرد إلى استخدامه لحل ما يلقاه من مشكلات خارج المدرسة .

فمن الشروط الأساسية لانتقال أثر تعلم التكيف فى الصلاة إلى مواقف الحياة المختلفة هو التشابه بين أسلوب معالجة العوائق التى تعترض إقامة الصلاة وأسلوب معالجة العوائق التى تعترض تحقيق أهدافنا فى الحياة ، ويقول الدكتور أحمد عزت راجح فى الشروط الموضوعية لانتقال أثر التعلم والتدريب " تشابه محتويات وعناصر المادة أو المهارة الأولى مع محتويات وعناصر المادة أو المهارة الثانية فتعلم الجمع ينتقل أثره إلى تعلم الضرب لأن الضرب يتضمن الجمع . كذلك الحال فى الرياضيات والطبيعة أو القانون والمنطق " .

□ التقليد الأعمى وسوء تكيف :

إن كل شىء تنتجه أوربا أو أية دولة أخرى فى العالم من فكر أو مصنوعات ليس بالضرورة صالحاً لنا ، لأننا نختلف فى الكثير عنهم ، ولأن ما يحتاجه هو الذى يسهل عملية التكيف مع البيئة الخاصة بنا ، وليس

معنى هذا رفض كل ما تنتجه الدول المتقدمة ، بل إننا مطالبون بالبحث عما ينفعنا منها وهو الذى يسهل لنا عملية التكيف مع ظروفنا الخاصة .

وإذا ما كان الإسلام يوجب الطهارة فإن مجارى الفضلات تحت الأرض واستخدام المواسير واستخدام الصنابير وإدخال ذلك كله إلى المساجد هو تكيف سليم لتحقيق هدف الطهارة .
بالمثل كل ما نحتاجه لخدمة أهدافنا .

وإذا جعلت أوروبا من السينما والتلفزيون أجهزة لنشر أفلام الإثارة الجنسية والعنف ، فإننا يمكننا أن نستخدم هذه الأجهزة ونعرض فيها الأفلام التى تساعد على نشر الثقافة التى لا تتعارض مع مفاهيمنا الإسلامية الأساسية وتساعد على توعية الناس .

هكذا دائماً نؤخذ ما يساعدنا على أن نتكيف تكيفاً سليماً فنلاهم بين معتقداتنا وبين واقع الحياة ، وبالتالي تبدو بوضوح أصالتنا الفكرية ، لأن الحياة التى لا يتفق فيها السلوك مع المبادئ حياة غريبة ، وهى أيضاً حياة مريضة لأنها منقسمة على نفسها .

يمكن إيجاز ما تقدم فى النتائج الآتية : -

١- التكيف السليم لمواجهة ظروف الحياة المتغيرة هو المرونة والنمو والنجاح .

٢- الصلاة مدرسة تعلم التكيف السليم ، فالصلاة إصرار على الاستمرار فى العبادة رغم التغيرات التى تعوق أدائها من مرض وسفر وحرب وغيرها .

٣- لأن روح الصلاة هى الأساس لا حركتها ، فانتقال روحها إلى أعمالنا المختلفة هو صدق العبادة .

- ٤- التيمم هو التكيف لاستمرار الصلاة رغم عائق الماء .
- ٥- الجمع فى الصلاة والقصر فى عدد ركعاتها ، هو التكيف أمام طارئ السفر .
- ٦- المرونة فى أداء الصلاة حسب الإمكانيات الصحية للمريض سواء كانت بالصلاة جالسا أو على جنب أو إيماء هو التكيف أمام عائق المرض .
- ٧- حتى مواجهة الموت فى الحرب ليست عائقا يمنع أداء الصلاة ، وغنما هناك تكيف فى أسلوب أدائها حسب ظروف الحرب من مرابطة أو توثب أو التحام .
- ٨- التكيف السليم للظروف المتغيرة عادة عقلية يمكن أن ينتقل آثارها من الصلاة إلى كل أحداث الحياة .
- ٩- إن التقليد الأعمى لما تنتجه أوربا هو سوء تكيف لما يتلاءم مع ظروفنا الخاصة .
- ١٠- الصلاة تعلم التكيف السليم ، والاجتهاد هو تكيف سليم مع ظروف الحياة المتغيرة لتحقيق الشريعة الإسلامية .
- ١١- الفقه هو القانون المتطور الذى يستمد من الشريعة " أى أنه حصيلة الاجتهاد ، والشريعة هى الأصل الثابت الذى يحتوى على المبادئ العامة .
- ١٢- الاجتهاد هو التكيف مع ظروف الحياة المتغيرة الذى يمكننا من أداء الشريعة دون الاصطدام بالأحداث المتجددة أو الأماكن المختلفة .
- ١٣- الإسلام يحث على الاجتهاد ويعطى له درجات التقدير حتى الذى يخطئ، لأن مبدأ الاجتهاد فى الإسلام مبدأ نمو حركة.

- ١٤- استمر النمو والحركة فى الفكر الإسلامى حتى بلغ قمته فى نهاية القرن الثالث الهجرى ، ثم قفل باب الاجتهاد وأكتفى المسلمون بالتقليد وتجمد فكرهم .
- ١٥- العودة إلى روح الإسلام والاجتهاد عودة للحياة الإسلامية الصحيحة النامية والقوية .

الباب الثاني

الصلاة والصويرة

(أ) الصلاة والنفس

- حتى لا ينسون أنفسهم فيضيعوها.
- تنمية الثقة في النفس.
- مقاومة التوتر.
- مقاومة الخوف.
- التوازن النفسي.
- دعوى للأمل المتجدد.
- سكينه النفس.

الصلاة والحيوية

إن هناك علاقة بين الجسم والنفس ، وبين الجسم والعقل ، وبين النفس والعقل ، والحيوية هي محصلة النمو في القوة النفسية والقوة الجسدية ، والقوة العقلية .

وإن أى اضطراب في هذه العناصر الثلاثة سوف يؤثر في العنصرين الآخرين وبالتالي يؤثر في حيوية الإنسان .

لذلك لابد من مناقشة علاقة كل عنصر من العناصر الثلاثة بالعنصر الآخر أولاً ، وثانياً علاقة ذلك كله بالصلاة .

ولماذا الصلاة ؟ .. لأن الصلاة سلوك راسخ ومواظب عليه فإذا أثرت الصلاة في العناصر الثلاثة السابقة ، فهي بالتالي تؤثر في حيوية الإنسان .

□ العلاقة بين الجسم والنفس :

هذه العلاقة أصبحت حقيقة علمية وفي أحدث فروع الطب الآن وهو الطب " السيكوسوماتيك " لا يكتفى به في علاج العصب العضوى بل علاج النفس والجسم فى آن واحد ، وهناك أطباء متخصصون فى هذا المجال خاصة فى أمريكا وإن أشهر الأمراض التى تعالج بهذه الطريقة ضغط الدم ، وقرحة المعدة ، المياه الزرقاء ، والصداع المزمن وغيرها كثير .

ولذا فإن النفس عندما تكون سليمة فإنها لن تفرز مرضاً عضوياً ،
والجسم أيضاً يؤثر فى النفس فمن منا كان مريضاً بمرض ميكروبى وكان
مرتاحاً نفسياً لذلك ، فمن المؤكد أن رمش الجسم يؤثر فى النفس.

□ الجسم والعقل :

قديمًا قالوا " إن العقل السليم فى الجسم السليم " وكان هذا
اكتشافاً مبكراً لعلاقة العقل بالجسم ، وعلى حسب الأفكار التى أجريت فى
كتاب سيكاوجية القوة كما ذكرها " ديل كارينجى " والتى أثبتت أثر
العقل فى التأثير على الجسم بالإيحاء .

كذلك إذا كان هناك مرض بالجسم أو حتى إرهاق له فإن العقل لا
يعمل كما ينبغى ، وأبسط دليل على ذلك عندما يصاب الإنسان بالأنفلونزا
فإنه يصاب بنوع من الدوار يجعل العقل لا يقوم بدوره خير قيام .
والتجارب أثبتت أن الطلبة الذين يتمتعون بصحة جسدية تحصيلهم العلمى
أفضل من الطلبة الذين يتمتعون بصحة جسدية أقل ، ولذلك كانت هناك
الرعاة الطبية فى المدارس .

□ النفس والعقل :

هناك تميز بين النفس والعقل ، ونجد هذا واضحاً فى الاختلاف بين
المرض النفسى والمرض العقلى ولكن العلاقة بين النفس والعقل مؤكدة.
إن العقل الذى يمتلئ بأفكار البهجة والتفاؤل والأمل سوف يجعل النفس
تعيش مشاعر الانشراح والسرور ، والعقل الذى يمتلئ بالأفكار السوداء
والتشاؤم لابد وأن يؤثر فى النفس فيلقى عليها ظلالاً من الكآبة السوداء .

لا يمكن أن يكون هناك عقل مرتب الفكر وإيجابي الحركة ، وواضح الهدف ونجد أن النفس فى هذه الحالة ممزقة ومشاعرها هدامة .

ولقد خرج أطباء كبار بأسلوب للعلاج عن طريق العقل ، بعد أن اكتشفوا القوة الشافية الموجودة فيه . وكتاب (عقلك مصدر الصحة والمرض) يعالج هذا الموضوع ، وخطته فى هذا الموضوع أن يبدأ عن طريق العقل ليعالج النفس والجسم فيدرس ما يدور فى العقل من أهداف وأحلام يقظة ، وأحلام ، واهتمامات حتى يمكن إصلاح أى عطب فكري فى العقل وضبط " فرامله " حتى لا تسبق تطلعاته قدراته فيمزقه الإحباط ، فإن فهم العقل والسيطرة عليه يمد الإنسان بقدرات هائلة .

نخلص من هذا أن الإنسان وحده واحدة جسم ونفس وعقل ، والتعامل السليم معه يجب أن يضع فى حسابه هذه العناصر الثلاثة التى تقاس بها حيوية الإنسان ، وإن أية قوة أو ضعف فى أى عنصر للفرد سوف يؤثر فى العنصرين الآخرين ليغير من محصلة حيويته . وكمثال نجد أن (الأكفلونزا) وهى مرض بسيط لا يؤثر على الجسم فقط وإنما يؤثر على النفس والعقل أيضاً ، وبالتالي لن نجد المصاب بها ممثلنا حيوية .

والآن وبعد هذه المقدمة يجب مناقشة تأثير الصلاة على كل عنصر من هذه العناصر الثلاثة .

الصلاة والنفس

الصلاة تجعل الإنسان لا ينسى نفسه فيضيعها ، وتنمي الثقة وتقوّم التوتر والخوف وتحفظ النفس توازنها . وتمنحها الأمل المتجدد وتصل بها إلى السكينة .

□ حتى لا ينسون أنفسهم :-

الصلاة صلة بالله تشمل حياة المصلى كلها ، من مطلع يومه حتى انتهائه ﴿ فَسُبْحَانَ اللَّهِ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ ﴾^(١) . وهى صلة مباشرة ليس فيها أية واسطة . فعندما تلقاها الرسول (ﷺ) . لم يتلقها عن طريق وسيط ، وإنما تلقاها من الله مباشرة وبهذا تتميز الصلاة عن أى تكليف آخر من الله لعباده التى جاءت كلها عن طريق الوحي وعلى الأرض .

البعد جفوة كما يقولون وإن الذى يقطع حبل اتصاله بالله وذلك بإهمال الصلاة فإنه ينسى الله فلا يتذكره إلا فى أوقات الشدة وهنا فقط يتذكر ، وحتى الذين يصلون وهم ساهون عن معنى الاتصال بخالقهم ، وقال الله فيهم ﴿ فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ﴾^(٢) ، إنهم لا يتصلون حقا بالله ، وإنما هم غافلون عنه ولذلك قال الله تعالى: ﴿ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ﴾^(٣).

(١) البقرة .
(٢) الماعون .
(٣) طه .

" حين تستنفذ الخطوب كل قوتنا أو تسلبنا الكوارث كل إرادة غالباً ما تتجه ي غمره اليأس إلى الله فماذا بالله ننتظر حتى يتولانا اليأس ؟ لماذا لا تجدد قوتنا كل يوم بالصلوات والحمد والدعاء . "(١)

هذا البعد والنسيان عن الاتصال بالله فى صلواته هو الذى جعل الإنسان ضائعاً وحيداً فى الحياة . ويقول " وج ما كبريد عالم النفس " إن الاعتقاد يزداد اليوم بأن معظم حالات المرض النفسى ترجع إلى هذه الحقيقة وهى أن فقدان الثقة بالله يفقد الإنسان ثقته بنفسه ومن حوله وضعف هذه الثقة يجعل الإنسان عندما تواجهه أزمة من الأزمات أو مشكلة لا قوة له على احتمالها يلتمس سبل اليأس فليلتجئ إلى الشراب والمخدرات والانتحار ، وقد يصل به الأمر إلى الجنون. "(٢)

وليس غريباً أن تحمل إلينا الأنباء أن معدل الانتحار والجنون مرتفع جداً فى البلدان المزدهرة مادياً ، ولكنها لا تهتم بالفاحية الروحية مثل البلد الذى وصل فيه مستوى معيشة الفرد إلى أعلى مستوى فى العالم وهى السويد . ومن أين يتأتى لهؤلاء المرضى الثقة بالله ، إلا إذا واطبوا على الاتصال به بالصلاة ؟ ولذلك نجد أن هناك فرقاً واضحاً بين حال المؤمن وحال الملحّد .

وهناك بوصلة تحدد للمؤمن اتجاهه فى الحياة حتى لا نسي الله ، فهو دائم الاتصال به فى صلاته فيعرف نفسه وحقيقة وجوده ومصيره ، وماذا يبغي من الحياة.

أما الملحّد فيعتقد أنه جاء من العدم وإن كل ما حوله من مخلوقات أوجدتها الصدفة العمياء لا يعرف بالضبط أين هو من هذا الكون ؟ تائه وغارق فى ماديّاته ، وتبتله دومة شهواته الحسية وهى الحقيقة التى لا

(١) دع القلق .

(٢) الخوف .

يعرف ولا يعترف إلا بها ، فإذا قابله موقف لا يقدر عليه ضاع والتمس
الحلول الهروبية . ويلخص القرآن الكريم هذا المعنى : ﴿ وَلَا تَكُونُوا
كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ ﴾ .

□ تنمية الثقة بالنفس :-

الصلاة بما ثلاثة عناصر أساسية تنمي الثقة بالنفس وهي :

الثقة بالله، والعناية بالمظهر، والقضاء على العزلة الاجتماعية،
وبناء العلاقات الاجتماعية السليمة.

الثقة بالله هي التي تقوى الثقة بالنفس ، والصلاة هي الرابطة التي
تقوى من ثقة المخلوق في خالقه لأنه بمداومة الصلاة وهي أساس العبادة
في الإسلام يصل الإنسان إلى اليقين ، ولذا فالصلاة بالضرورة تنمي ثقة
الإنسان في نفسه . وهذه الحقيقة قال بها " وج ما كبريد عالم النفس "
إن فقدان الثقة بالله يجعل الإنسان يفقد ثقته بنفسه وبمن حوله.^(١)

والصلاة تعنى الاعتناء بالمظهر قال الله تعالى : ﴿ يَبْنِيْ ءَادَمَ
خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ
لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ .^(٢) وليس معنى ذلك المغالاة في الاهتمام بالمظهر
ولكن الاعتناء بنظافة الثوب وحسن المظهر .

وعن جابر بن عبد الله " أتى رسول الله (ﷺ) رجل عليه ثياب
وسخة فقال " أما يجد هذا ما يغسل به ثوبه " ^(٣) وكان الرسول (ﷺ) .

(١) الخوف .
(٢) الأعراف .
(٣) أبو داود .

يحرص على أن يكون المسلم حسن المظهر ولذلك قال (ﷺ) " من كان له شعر فليكرمه " (١)

والمظهر جزء مهم في الصورة الاجتماعية ، وإذا كان هذا المظهر حسناً دون تطرف في ذلك يعطى إحساساً بالثقة بالنفس والاعتناء بالمظهر عند كل صلاة يعطى للمصلي المواظبة على الاهتمام بمظهره فيصبح المظهر اللائق صفة ثابتة من صفاته ، فلا يكون قلقاً على هدامه ومظهره (فلا تهتز شخصيته) والرسول الكريم ﷺ يقول " إن الله جميل يحب الجمال " (٢)

وفي صلوات الجمع والأعياد يحرص المسلمون على الذهاب إلى المساجد وهم مغتسلون وبأفضل ما عندهم من ثياب .

تتيح الصلاة للإنسان اللقاء المواظب عليه مع جماعة المصلين ، فيتعلم كيف يعامل الناس ويعرف ما يحبون وما يكرهون ، فلا يكون منعزلاً عنهم بل يخالطهم ويتصل بغيره من الناس ، وإن صلاة الجماعة ضرورية في الإسلام . فصلاة الجمعة لا تصلح إلا جماعة ، وثواب الجماعة أكبر من ثواب الفرد بكثير ، والله سبحانه وتعالى خلق الناس ليتعارفوا ويقيموا بينهم الروابط الاجتماعية ويقول سبحانه في كتابه الكريم ﴿ يَتَأَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ﴾ (٣)

والمجال الأمثل لاكتساب الثقة بالنفس يكون في خضم الناس ومعرفة كيفية الاتصال بهم والتعامل معهم ، فمعرفة ماذا يحب الناس وماذا يكرهون يزيد

(١) نيل الأوطار .

(٢) مسلم .

(٣) الحجرات .

من ثقة الإنسان في نفسه، ولذا نرى أن الفرد الاجتماعي يتمتع بثقة في النفس أكثر من الشخص الإنطوائي الذي لا يهتم بالناس .

□ مقاومة التوتر :

تكاد تكون من طبيعة الإنسان صفة " الاستعجال " ﴿ خُلِقَ الْإِنْسَانُ مِنْ عَجَلٍ ﴾^(١) . والرغبة في اكتشاف المجهول وعبر حواجز اللحظة الحاضرة ، تواق دائما أن يعبر الجسور قبل أن يصل إليها . عندما يكون طفلاً يتوق إلى أن يصل إلى مرحلة الشباب اليافع ، وعندما يصل إلى مرحلة الشباب تجذبه آمال الرجولة والزواج وتشده الرغبة أن يجد أطفاله قد كبروا ، وعندما يصل إلى مرحلة متقدمة في السن يجد أن الحياة كان أجدر له أن يحيا كل دقيقة فيها ويعتصر كل لحظة فيها فيوفيها حقا ، بدلا من أن يعيش في لهفة في المستقبل .

والله سبحانه وتعالى يشير إلى هذا المعنى في قرآنه الكريم ﴿ وَيَدْعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ وَكَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا ﴾^(٢) وصمام الأمن الذي يعيد للإنسان توازنه فلا يسرف في اللهفة والعجلة في أمره هو الصلاة . ولكن ليست أية صلاة الاطمئنان وهي الصلاة التي أمرنا بها رسول الله ﷺ وقال " صلوا كما رأيتموني أصلي " .^(٣) وليست الصلاة المتعجلة السريعة وكان المصلي فيها في سباق مع نفسه وهي التي سماها . الرسول ﷺ " بنقر الغراب " وتعتبر صفة نقر الصلاة من علامات النفاق .

(١) الأنبياء .
(٢) الإسراء .
(٣) البخاري .

" وعن أبي عبد الله الأشعري قال : رسول الله ﷺ بأصحابه ثم جلس في طائفة منهم فدخل رجل منهم فقام يصلي، فجعل يركع وينقر في سجوده ، ورسول الله ﷺ ينظر إليه فقال " ترون هذا لو مات مات على غير ملة محمد : ينقر صلاته كما ينقر الغراب الدم " .

وقد جعل رسول الله ﷺ لص الصلاة وسارقها شرا من لص الأموال وسارقها ففي المسند من حديث أبي قتادة قال رسول الله ﷺ " أسوأ الناس سرقة الذي يسرق من صلاته ، قالوا: يا رسول الله كيف يسرق صلاته ؟ قال " لا يتم ركوعها . ولا سجودها أو قال لا يقيم صلبه في الركوع والسجود ، فصرح بأنه أسوأ حالا من سارق الأموال ولا ريب أن لص الدين شر من لص الدنيا .

وفي المسند من حديث سالم غم سليمان الفارسي قال : قال رسول الله ﷺ " الصلاة مكيال، فمن وفى وفى له ومن طفف فقد علمتم ما قال الله في المطفئين " . وقال مالك وكان يقال : فى كل شيء وفاء وتطفيف فإذا تواعد الله سبحانه بالويل للمطفئين فى الأموال فما الظن بالمطفئين فى الصلاة ؟ (١)

وصلاة الاطمئنان تدريب منتظم ومواظب عليه فى عدم اللفه فى الوصول إلى النتيجة وهى الانتهاء من الصلاة ، وإنما صلاة تؤدى بتأن واتزان ، حتى لا يسرق المصلى خشوعه ويصيب النفس بالتوتر ، وسوف تنتقل صفة الاطمئنان فى الصلاة إلى الأعمال الأخرى فتؤدى بتأن وتقضى بالتدريج على اللفه فى إنجاز الأعمال . ومن كلمات الأديب ولیم شكسبير " بحكمة وببطء فمن يجرى بسرعة يتعثر " .

(١) الصلاة وحكم تركها .

والرسول ﷺ يطلب منا صلاة الاطمئنان فيقول " إذا قمت إلى الصلاة فأسبغ الوضوء ثم استقبل القبلة فكبر ثم اقرأ ما تيسر معك من القرآن ثم أركع حتى تطمئن راكعاً ثم ارفع حتى تعتدل قائماً ، ثم أسجد حتى تطمئن جالساً ، ثم ارفع حتى تطمئن جالساً ، ثم أسجد حتى تطمئن ثم افعل ذلك في صلاتك كلها .^(١)

ويقول " جوزيف كندى " مؤلف كتاب عش هادئ الأعصاب " وليس من الضروري أن يكون التسرع مرتبطاً بأداء عمل ما بحركة سريعة فقد يكون صفة من صفات سلوكك الشخصى ، فقد تتسرع وأنت جالس على مقعدك تكاد لا تؤدي أى عمل ، وقد تتسرع وأنت واقف تنتظر الأتوبيس على المحطة وقد تتسرع وأنت متسلق عملي فراشك في الليل في الوقت الذي ينبغي أن تسترخي فيه . والتسرع فضلاً على أنه يزيد من توترك فإنه يقلب موازين وظائف أعضاء جسمك وهو لا يحقق في العادة الهدف الذي كنت تعتقد أنه سيسر لك الوصول إليه . فليس من المضمون أبداً أن تتم العملية التي كنت بسببها في سرعة بل على العكس قد يؤخرك التسرع عن إتمامها " .^(٢)

وبعد إن وصل مؤلف عش هادئ الأعصاب إلى نفس المعنى الذي ينصحنابه الرسول ﷺ من قبله بكثير " المنبت لا أرضاً قطع ولا ظهراً أبقى " نجده يطلب منا التدريب على أداء الأعمال بآثاء وهو ما يسميه الرسول ﷺ بالاطمئنان في الصلاة ، وما يسميه هذا الكاتب بالتباطوء المتعمد في أداء الأعمال ، أليس أفضل تدريب هو الاطمئنان في الصلاة ؟ .

(١) البخارى .

(٢) عش هادئ الأعصاب .

والصلاة التي تؤدي باطمئنان هي متقنة الأداء ، فالاطمئنان في الصلاة أو في أي عمل هو الخطوة الأولى في إتقانه لأنه لا يتبع معه أسلوب (سلق البيض) والرسول ﷺ يقول: " إن الله يحب إذا عمل أحدكم عملاً أن يتقنه " .

□ مقاومة الخوف :-

الصلاة تقف سدا منيعاً أمام الخوف . إن الذي يعرف شخصية هامة بلغة البشر أو يكون له قريب يشغل منصباً كبيراً فإنه يشعر بظهر يحتمى به ، فما بالك بالذي هو دائم الاتصال بالله بصلاته ، فمن يخاف وهو مع الله ، أيخاف من مخلوق مثله ؟ هذا غباء ما بعده غباء.

قال رسول الله ﷺ " احفظ الله يحفظك ، احفظ الله تجده تجاهك ، إذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله ، وأعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك وإن اجتمعوا على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك رفعت الأقلام وجفت الصحف " (١) ويقول الله سبحانه وتعالى ﴿ قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴾ (٢).

وكون الصلاة تقاوم الإحساس بالخوف ، وهو أسوأ المشاعر الإنسانية ، فهذا نصر صحي في حد ذاته كيف ؟ .

(١) الترمذي .
(٢) التوبة.

" يقول ديل كارنيجى " ، فإن الخوف يسبب القلق ، والقلق يسبب توتر الأعصاب واحتداد المزاج ، ويؤثر فى أعصاب المعدة ، ويحيل العصارات الهاضمة إلى عصارات سامة ، تؤدى فى كثير من الأحيان إلى قرحة المعدة .

ويضيف ابن الربيع الذى يشتري الإنسان نجاحه بقرحة المعدة ؟ وما الذى يفيد المرء إذا كسب العالم وخسر نفسه. (١)

إن المصلى يحمد الله مهما كانت الظروف التى يمر بها فالإيمان بالقدر خيره وشره جزء من الإيمان ، وهذا هو التسليم لله والرضا بما ليس منه بد والمناجاة فى الصلاة ليس لرد القضاء وإنما للطف فيه.

ويقول وليم جيمس عالم النفس الأمريكى الشهير " كن مستعدا لتقبل الأمر فإن تقبل الأمر الواقع خطوة أولى نحو التغلب على ما يكتنف هذا الأمر الواقع من صعاب. (٢)

أحدث العلوم- وهو الطب النفسى- يبشر بمبادئ الدين. لماذا؟

لأن أطباء النفس يدركون أن الإيمان القوى ، والاستمساك بالدين والصلاة كفيلة بأن تقهر القلق ، والمخاوف والتوتر العصبى وأن تشفى أكثر من نصف الأمراض التى نشكوها . نعم إن أطباء النفس يدركون ذلك وقال قائلهم " أ . بريل إن المرء المتدين حقا لا يعانى قط مرضا نفسيا . (٣)

والله سبحانه وتعالى ينبهنا إلى تأثير أثر العبادة وعمادها الصلاة فيقول الله تعالى ﴿ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ وَاعْبُدْ

(١) دع القلق .

(٢) نفسه.

(٣) نفس المرجع.

رَبِّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ^(١) . فكلما زادت صلة المخلوق بخالقه بالعبادة كلما وصل إلى قدر أكبر من اليقين ، وهذا اليقين هو القادر على طرد الخوف من النفوس ويقول الله تعالى ﴿ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾^(٢) فذكر الله في الصلاة يطمئن النفس ويطرد ما بها من خوف .

وبعد سنوات طويلة من التجارب والدراسة في علم النفس العلاجي يقول عالم النفس الانجليزي دكتور " هاد فيلد " نحن نحتاج إلى اليقين من أجل التغلب على الخوف الذي تمتلئ به نفوسنا . ولو أن إنساناً خاف الحياة فهل تستطيع قوة على ظهر الأرض أيا كان اسمها أن تحول ما لديه من خوف إلى ثقة وعزم وشجاعة ؟^(٣)

وإلى مثل هذا الرأي ينتهي أحد كبار علماء النفس " يونج " إن ما يعاينه مريض النفس إنما هو نتيجة فقدان هذا القدر من اليقين الذي يمنحه الدين لمعتقديه وإن شفاء الواحد منهم مرده إلى الدين^(٤) وفي الحديث الذي أخرجه الترمذي " أيها الناس سلوا الله اليقين والعافية فإنه لم يعط بعد اليقين خيراً من العافية فسلوهما الله " .

فليس عجيباً إذا ما سمعنا أنه في السويد يفكرون في إقامة مستشفيات للانتحار بدون ألم بعد ارتفاع نسبة المنتحرين بسبب أنهم فقدوا اليقين الذي يمنحه الدين لمعتقديه ، وإلا ما خافوا الحياة إلى هذا الحد وهم يتمتعون بأعلى مستوى معيشة من البشر .

وكثير من البشر راودتهم فكرة الانتحار وما منعهم من تنفيذ ذلك إلا قدر من اليقين ، منحه لهم إيمانهم بوجود إله يحتمون به ، ووجود

(١) الحجر .

(٢) الرعد .

(٣) الخوف .

(٤) نفس المرجع السابق .

اليوم الآخر ، فإذا حلوا مشكلة الحياة بالانتحار فإن هذا الحل لا يدوم إلا لحظة ثم يبدأ عذاب الخلود .

□ التوازن النفسى :-

الصلاة عملية تفريغ شحنات انفعالية ثقيلة على النفس خاصة أثناء السجود والرسول ﷺ يقول " أقرب ما يكون العبد من ربه وهو ساجد فاكثروا الدعاء " (١) . ويقول الله سبحانه وتعالى: ﴿وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ﴾. (٢)

فأثناء السجود تكون المناجاة الخاشعة الخالصة التى ليس فيها رياء فالمصلى يقوم بتفريغ الهم الذى يمتلئ به صدره فى كلمات يعبر بها عما يثقل على نفسه وإن علم النفس يؤكد أن الذى تنوء بكاهله المتاعب سوف يجد راحة الصدر عندما يشاركه صديق له فى سماع مشكلته ، فما بالك وانت تشكو فى سجودك إلى الرحمن الرحيم ، القادر على كل شىء وإن فى شكواك إليه تقرباً وفى دعائك له ثواب الطاعة فكيف تهجر القوى لتشكو إلى ضعيف مثلك ؟ وهناك قول متداول والشكوى لغير الله مذلة ، لماذا ؟ لأن الذى يداوم على الشكوى نفر الناس منه بطبيعتها تكره سماع الآلام بينما الشكوى إلى الله عبادة وعلاج فى نفس الوقت .

وقال الدكتور " الكسيس كاريل " لعل الصلاة هى أعظم طاقة مولدة للنشاط عرفت إلى يومنا هذا . وقد رأيت بوصفى طبيباً كثيراً من المرضى فشلت العقاقير فى علاجهم فلما رفع الطلب يده عجزاً وتسليماً ، تدخلت الصلاة فأبرنتهم من عليهم إن الصلاة كمعدن " الراديوم " مصدر للإشعاع ومولد ذاتى للنشاط .. وبالصلاة يسعى الناس إلى استزادة نشاطهم

(١) مسلم .
(٢) الطق .

المحدود حين يخاطبون " القوة " التي تهيمن على الكون ويسألونها ضارعين أن تمنحهم قبسا منها يستعينون به على معاناة الحياة بل إن الضراعة وحدها كفيلة بأن تزيد قوتنا ونشاطنا ، ولن تجد أحدا تضرع إلى الله مرة إلا عاد التضرع عليه بأحسن النتائج". (١)

وطلب الله سبحانه وتعالى من رسوله الكريم حتى يعالج مشاعر الضيق التي يضيق بها صدره بما يقول المشركون- أن يواظب على الصلاة ، وبعد أن قال سبحانه ولقد نعلم أنك يضيق صدرك مما يقولون .. قال سبحانه ﴿ فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُنْ مِنَ السَّاجِدِينَ وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ ﴾. (٢)

ويعطينا الله سبحانه وتعالى سلاح الصلاة ، ليكون من أهم الأسلحة في مواجهة شدائد الحياة ومواقفها الصعبة فيقول سبحانه ﴿ وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ﴾ (٣) ولكن هذا السلاح لا يستطيع أن يستخدمه إلا الذين يؤمنون بالله واليوم الآخر ، ولذلك فالله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴾ (٤) الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ ﴾. (٥)

ويقول " ابن الجوزية " فإتما كبرت على غير هؤلاء لخلو قلوبهم من محبة الله تعالى وتكبيره وتعظيمه والخشوع له وقلة رغبتهم فيه. (٥)

(١) دع القلق .
(٢) الحجر .
(٣) البقرة ٤٥ .
(٤) البقرة ٤٦ .
(٥) الصلاة وحكم تركها .

ولذا عندما كانت تنزل بالرسول ﷺ ضائقة يهرع إلى الصلاة ويقول لسيدنا بلال " أرحنا بها يا بلال " (١) فإن التعبير عن آلامنا في الصلاة أثناء السجود في حد ذاته جزء من حل المشكلة أو الموقف الصعب الذي يواجهنا .

فالصلاة تعينك على التعبير بأمانة ودقة عما يشغل نفسك ويثقل عليها . وقد بينا فيما سلف أن من المحال مواجهة مشكلة مادامت غامضة غير واضحة المعالم ، والصلاة أشبه بالكتابة التي يعبر بها الأديب عن همومه فإذا كنا نريد حلا لمشكلاتنا وجب أن نجريها على السنن الواضحة المعالم ، وهذا ما تفعله حين نبث شكواتنا إلى الله " (٢)

وبتكرار هذا التفريغ المستمر لكرب المشاكل خمس مرات في اليوم الواحد يمكن الحصول على الاستقرار النفسي ، لأننا لا نجعل تراكمات المشاكل تحيل الحياة جحيما ، بخاصة تلك المشاكل التي ترسب بالنفس الشعور بالذنب . قال رسول الله ﷺ " الصلوات الخمس كمثل نهر عذب غمر بباب أحدكم يقتحم فيه كل يوم خمس مرات فما ترون ذلك يبقى من درنه ؟ قالوا : لا شيء . قال ﷺ : فإن الصلوات الخمس تذهب الذنوب كما يذهب الماء الدرن " (٣)

أولا بأول تزيل الصلاة ما علق بالنفس من أدرانها ، فبالوضوء خمس مرات نحصل على نظافة البدن الدائمة . والصلاة خمس مرات نحصل على صفاء النفس ولذلك تبدو حالة صفاء النفس على وجه الإنسان

(١) الطبرى .

(٢) دع القلق .

(٣) مسلم .

واضحة ولذلك قال سبحانه وتعالى: ﴿ سَيَمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِّنْ أَثَرِ
السُّجُودِ ﴾^(١)

والصلاة بعد هذا تحفزنا إلى العمل والإقدام بل إن الصلاة هي
الخطوة الأولى نحو العمل وأشك في أن يوالى أمرؤ الصلاة يوما بعد يوم
دون أن يلمس فائدة أو جدوى أو بمعنى آخر دون أن يتخذ خطوات مثمرة
نحو تحسين حاله ، وتفريج أزمته وقد قال " ألكيس كاريل " الصلاة هي
أعظم طاقة مولدة للنشاط عرفت حتى الآن فلماذا لا ننتفع بها .^(٢)
ولذلك يقول الرسول (ﷺ) " جعلت قرّة عيني في الصلاة " .

□ دعوى للامل المتجدد :-

الصلاة دعوة للتفاؤل مع الحياة فأساسها حمد وشكر ودعاء ،
فهناك الكثيرون لا يرون إلا ما ينقصهم أما ما وهبهم الله من نعم فلا
يكادون يشعرون به ، أما المصلى فإن صلاته تتطلب منه أن يحمد الله على
ما به من نعم ، وشكره على ما أتاه من فضله . وأن يتحدث بهذه النعم إلى
نفسه ويدعو الله أن يزيده من نعمة خاصة أثناء سجوده ، والتحدث إلى
النفس بالنعم هو إحياء ذاتي يؤثر في صحة الإنسان النفسية فينميها وهذا
ما يؤكد علم النفس الحديث ، ولذا نرى العليم الخبير يقول في محكم آياته
﴿ وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ ﴾.^(٣)

وهناك مثال مشهور لشخص يرى ما يملكه وآخر لا يرى ما نقصه
كأنين ينظران إلى كوب فيقول المتفائل الذي يحمد الله إن الكوب ممتلئ

(١) الفتح ٢٨ .
(٢) دع القلق .
(٣) الضحى .

بالماء ماعدا نصفه ، ويقول الآخر المتشائم إن الكوب فارغ ليس فيه إلا نصفه ماء .

من هنا كانت أهمية الصلاة في أنها تصحح من اتجاه الإنسان في النظر إلى الأمور .

وإن أي إنسان مهما كانت الأشياء التي تنقصه ، ومهما كانت الظروف قاسية حوله فإنه لو نظر إلى الجانب المضيء من النعم التي يستمتع بها ﴿ وَإِنْ تَعَدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا ۗ ﴾^(١) فيشكر الله على هذه النعم فيزيده الله منها ويقلل فيما ينقصه ﴿ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ ۖ ﴾^(٢)

وعلى هذا فإن الصلاة تساعد في تغيير الاتجاه الفكري للفرد ، فيتغير تبعاً لذلك إحساسه فبدلاً من أن يشعر بالاكتئاب والحزن عندما يفكر فيما ينقصه ، سوف يفكر فيما يتمتع من نعم ، فيحس بالتفاؤل والبهجة ، وإن النفس المنشرحة هي التي تجذب إليها مزيداً من النعم، أما النفس الكئيبة فتتفر منها النعمة.

ويقول " جيمس لين ألن " في كتابه كما يفكر الإنسان ، سيجد المرء متى غير اتجاهه الذهني حيال الأشياء والناس إن الأشياء والناس سيستجيبون لهذا التغير بمثله .

وقال الفيلسوف " ماركوس أوريليوس " أن حياتنا من صنع أفكارنا.^(٣)

(١) النحل ١٧ .

(٢) إبراهيم .

(٣) دع القلب .

وقد وقع الشاعر ملتون ، برغم فقد بصره على هذه الحقيقة منذ
ثلاثمائة عام مضت إذ قال :

" فى وسع العقل أن يخلق ، وهو فى مكانه مقيم جحيما فى الجنة أو
نعيمًا فى الجحيم " (١)

وأكد القرآن الكريم أنه على الإنسان أن يأمل خيرا ، وأن كل شدة
سيتبعها فرج من الله ، حتى يتجدد الأمل فى نفس الإنسان فيقول الله:
(فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿١﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٢﴾) (٢)

□ سكينة النفس :-

إن سكينة النفس هى الحالة النفسية الناضجة ، التى يصل إليها
المؤمنون ، بعد أن وصلوا إلى قدر كبير من اليقين ، واليقين لا يأتى من
تلقاء نفسه ، ولكن يحصل عليه الإنسان بالعبادة وعمادها بل ومنحها
الصلاة ، فلا يصل المؤمن إلى سكينة النفس إلا إذا كان من المصلين
فيمنحه الله هبةً سكينة النفس التى لا يعطيها إلا لعباده المخلصين ، ولذلك
فالتريق للوصول إلى مرحلة اليقين التى تتوج بسكينة النفس مذكورا فى
القرآن (وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ) (٣)

والنفس تحتاج إلى تركية حتى تتشرب السكينة ، وهذه التركبة لا
تأتى من فراغ ، وإنما لابد من العبادة وأهمها الصلاة حتى تتزكى النفس ،
والله سبحانه وتعالى يقول : (وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿١﴾ فَأَلْهَمَهَا

(١) دع القلب .

(٢) الشرح .

(٣) الحجر ١٩ .

جُورَهَا وَتَقْوَلَهَا ﴿٦٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ﴿٦٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَنْ
دَسَّاهَا ﴿٧٠﴾. (١)

والإنسان الذى بلغ سكونة النفس ، لا يهتز أمام تقلبات الحياة لا
الفرح مهما كان كبيراً يهزه ، أو الحزن مهما كان شديداً يجعله يجزع ،
فهو متأكد يقيناً أن حياة الدنيا مقدمة قصيرة للحياة الحقيقية وهى حياة
الآخرة، لأنه مؤمن بالقدر خيره وشره فلا تصبح نفسه ميداناً للانفعالات
النفسية، وإنما يتمتع بنضج نفسى يصعد لتيارات الحياة المختلفة .

بالصلاة يبلغ الإنسان مرحلة اليقين التى تتوج بالسكونة ، فيختلف
عن البشر الآخرين الذين لا يصلون ولذلك استثناهم الله فى آياته من صفة
عدم الاستقرار النفسى فقال سبحانه ﴿ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٧١﴾ وَإِذَا
مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٧٢﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٧٣﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ
دَائِمُونَ ﴿٧٤﴾. (٢)

وسكونة النفس مرحلة متقدمة من الإيمان ، يهبها الله لعباده
المؤمنين لـ يزدادوا إيماناً ﴿ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ
الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ ﴾ (٣) فأمر المؤمن كله خير
يرضى بحكمة الله العليا ويحمد الله على كل شيء ، فربما ما يكرهه الآن
تأتى الأيام لتثبت بعد ذلك أنه كان خير ﴿ وَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ
خَيْرٌ لَّكُمْ ﴾. (٤)

(١) الشمس ٧.

(٢) المعارج ٢٣.

(٣) الفتح ٤.

(٤) البقرة ٢١٦.

لقد كتب عن سكينة النفس في السنوات الأخيرة عشرات الكتب بعد ما ثبت إن ما تضيقه السكينة على الإنسان لا يتمثل في حيز معنوياته بل يتجاوز ذلك حتى تشمل وظائفه العضوية وصحته البدنية والعقلية .

وفي أحدث ما كتب في هذا الشأن ما نشره الدكتور " ي ليمبيان " في كتابه " سكينة النفس " حيث يقول إن سكينة النفس هي الهبة التي يدخرها الله لأصفياه إنه يعطي الكثيرين الذكاء والصحة والمال والشهرة أما سكينة النفس فإنه يمنحها بقدر ^(١).

وحتى في اللحظات الأخيرة من العمر نجد أن النفس التي عاشت حياة السكينة يلزمها الاطمئنان ﴿ يَتَأَيَّتْهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴾ ^(٢) أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ^(٣).

والموت هو أصعب حقيقة يواجهها الإنسان . ويقال إن الإنسان يتذكر ماضيه بسرعة في لحظات حياته الأخيرة كأنه شريط سينمائي ، فهناك من تنتهي اللمسة الأخيرة من حياته بريشة الرحمن لترسم بلون الرضا نفسية مطمئنة . أين ذلك من حياة منتهية لونها الشيطان بجمرة الجحيم، وكانت اللمسة الأخيرة فيها الفزع والجزع والاضطرابات .

وإن المصلي فضلا على أنه فاز بسكينة النفس لصلته بالله الدائمة في الصلاة فإنه في لحظاته الأخيرة مطمئن للإجابة على أول سؤال يسأل به في رحلة الحياة الآخرة فيقول الرسول ﷺ " أول ما يحاسب به العبد الصلاة فإن

(١) القرآن والعظم الحديث .

(٢) الفجر ٢٧-٢٨ .

فسدت فسد سائر أعماله" (١). ويقول رسول الله ﷺ أيضا " مفتاح الجنة الصلاة" (٢).

إن لحظات الصلاة نبضات روحية ، واتصال علوى مقدس ، وهى فترة من الزمن ينقطع فيها المصلى من عالم الدنيا بقدر إمكانه ، وكأنها لحظات من عالم الآخرة . وفى الحديث " صل صلاة مودع " ، وعلى قدر إحساس المصلى بالاطمئنان خلال الصلاة يكون هذا الإحساس ملازما له فى طريقه لحياة الآخرة . وأقدر الناس فيها لحقيقة الصلاة هم نبيج الرجال الصافى الذين كانوا على عهد رسول الله (ﷺ) . ويقول الإمام الغزالى . ولذلك قال بعض الصحابة رضى الله عنهم يحشر الناس يوم القيامة على مثال هيبتهم فى الصلاة من الطمأنينة والهدوء ، ومن وجود النعيم بها واللذة " .

وفى حديث عن السيد عائشة رضى الله عنها " كان رسول الله (ﷺ) يحدثنا ونحدثه فإذا حضرت الصلاة كانه لم يعرفنا ولم نعرفه " ، الصلاة عالم ثان ، لا يعرف الرسول (ﷺ) أحد أثناءه من عالم الدنيا حتى أقرب الناس إليه زوجته السيدة عائشة . والله سبحانه وتعالى يقول فى هذا المعنى ﴿ يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ ﴿١﴾ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ ﴿٢﴾ وَصَحْبَتِهِ وَبَنِيهِ ﴿٣﴾ لِكُلِّ امْتَرٍ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ ﴾ (٣).

كذلك الصلاة الحقيقية شأن يغنى الإنسان عن كل الروابط الإنسانية الدنيوية وهكذا يجب أن نجاهد أنفسنا لتسير تلك المعانى . ولذلك تبدأ الصلاة بنداء هو الحسم .. الله أكبر من كل ما نعرف وما لا نعرف ، وبها

(١) الفجر .

(٢) المسند .

(٣) عبس .

يبدأ شأن الإنسان في الاتصال بخالقه العظيم . نفس الموقف في الآخرة حين يقول الله سبحانه وتعالى ﴿ وَنَرِثُهُ مَا يَقُولُ وَيَأْتِينَا فَرْدًا ﴾ انقطعت الصلات الإنسانية .. والروابط الأسرية .. ولم تبق غير الصلة بالله .. هذه الصلة التي تمارس من خلال الصلاة .

فلا ينجح ﴿ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴾ . ما هذا القلب السليم ؟ هل هو ذلك القلب العضوى الواقع أن الآية الكريمة تشير إلى قلب أعماق النفس البشرية .

فالصلاة تغسله وتطهره من الأحقاد ، والغل والحسد والقلق . حتى أن القلب العضوى نفسه ثبت علمياً أنه لا يسلم من تلك الأمراض ، بل إن أعلى نسبة إصابة لأمراض القلب بسبب تلك المشاعر الهدامة .

والمال والبنون من أشد الروابط الدنيوية التي تربط الإنسان بطين الأرض وتلهيه عن الاتصال بالسما والصلوة ، ويحذرنا الله سبحانه وتعالى بقوله ﴿ أَلْهَكُمُ التَّكَاثُرُ ۖ حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۖ ﴾ وتضع الآية الكريمة ﴿ وَأَعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ﴾ تضع النقط على الحروف حتى لا نزلق الإنسان تحت تأثير هذه الفتنة ﴿ يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ ﴾ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ ﴿ ٨١ ﴾ .

يمكن إيجاز ما تقدم في النتائج الآتية :

- حيوية الإنسان هي محصلة النمو في القوة العقلية والنفسية والبدنية .
- إذا كانت الصلاة تؤثر في الثلاثة عناصر التي تكون وحدة الإنسان " العقل- النفس- الجسم " فهي بالتالى تؤثر في حيويته .

- العلاقة بين الجسم والنفس أكيدة ، وحاليا يوجد فرع من الطب يعالج الاثنين فى وقت واحد اسمه الطب " النفسى الجسدى " أو الطب " السيكوماتيك " .
- اكتشفت العلاقة بين الجسم والعقل مبكراً ، وبالإحياء أمكن إثبات أن للعقل تأثيراً على الجسم والتجارب أثبتت أن الجسم له تأثير على العقل أيضاً .
- هناك علاقة بين النفس والعقل ، وعن طريق العقل أمكن شفاء كثير من أمراض النفس ، والحالة النفسية المرء تؤثر فى كفاءته العقلية .
- الصلاة صلة بين الخالق والمخلوق ، وكل شىء فى عالم المخلوقات متغير والله سبحانه وتعالى هو الثابت الذى لا يتغير ، وبالتالي تكون صلة الإنسان به هى التى تحدد له اتجاهه فى الحياة فيعرف نفسه وحقيقتها ، وإذا نسى هذه الحقيقة نسى نفسه ضاع فى بحر المتغيرات .
- الصلاة تبني ثقة الإنسان بنفسه ، لأن الصلاة تعنى الصلة بالله والثقة فيه وبالتالي فهى تنمى ثقة المصلى فى نفسه ، كما أن العناية بالمظهر التى هى من متطلبات الصلاة والاتصال بالآخرين فى صلاة الجماعة كل هذا يقوى من ثقة الإنسان بنفسه .
- صمام الأمن الذى يعد للإنسان توازنه فيقاوم التوتر الناشئ من الלהفة والعجلة هو صلاة الاطمئنان .
- المواظبة على الصلاة تجعل الإنسان مع الله دائماً ، ومن كان مع الله فمن أى شىء أو من أى شخص يخاف .
- الصلاة تصل بالإنسان إلى مرحلة اليقين ، وهى المرحلة التى تطرد الخوف من النفوس وما يتبع الخوف من شرور نفسية وجسدية .

- الشكوى إلى الله تقرباً وفي الدعاء له ثواب الطاعة ، والشكوى تفرج
لشحنات انفعالية ثقيلة على النفس وفي الدعاء رجاء وأمل. وعندما
تشكر فإننا نعبر عن مشاكلنا بالسنتنا بطريقة واضحة. وهذا هو أول
الطريق لحلها ولذلك كان الرسول ﷺ يقول " جعلت قرعة عيني في
الصلاة " .

- الصلاة دعوة للتفاؤل مع الحياة فأساسها حمد وشكر ودعاء ولذا
فالصلاة تساعد على تغيير الاتجاه الفكري للفرد نحو ما يمتلك من نعم لا
ما ينقصه منها فيتغير تبعاً لذلك إحساسه ، والله سبحانه وتعالى يقول
﴿ وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا ۗ ﴾ .

- السكينة هي قمة ما يصل إليه المؤمن من حالة نفسية بعد أن يصل
بالعبادة وعمادها الصلاة إلى مرحلة اليقين . والسكينة هبة يمنحها الله
لعباده المؤمنين ليزدادوا إيماناً .

(ب) الصلاة والعقل

- استخدام العقل والذاكرة.
- الحث علي استخدام العقل.
- كيف تدرب الصلاة العقل والذاكرة.
- الصلاة تنظيم للفكر.
- الصلاة ومجال النشاط العقلي.

الصلاة والعقل

□ استخدام العقل والذاكرة :-

قد يبدو أثر الصلاة واضحا في النفس ، والجسم ، أما العقل فإن الصلاة لا يبدو أثرها واضحا لأول نظرة ولكن لو دققنا النظر وسبرنا غور الصلاة نجد أن العقل يحتل مكانا مرموقا فيها ، فبمقدار ما تستخدم عقلك في الصلاة بمقدار ما تحصل على ثواب الصلاة . والحديث الصحيح لرسول الله ﷺ يقول " ليس للعبد من صلاته إلا ما عقل منها " (١).

كذلك لابد أن نستخدم الذاكرة في الصلاة ، وهي جزء مهم من العقل ، فالصلاة لا تصلح إلا بتلاوة القرآن الكريم وهذه التلاوة تحتاج إلى ذاكرة . وبمقدار ما يحفظ المصلي من آيات ويَتْلُوها أثناء صلاته بمقدار ما تنمو ذاكرته .

الإسلام يحافظ على العقل ، وعندما حرم الخمر ربط ذلك بالصلاة، ﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَرَى ﴾ (٢) ، فلا بد للمصلي أن يكون عقله يقظا طوال اليوم حتى يستطيع استخدامه بكفاءة في الصلاة ومقدار هذه الكفاءة هو الذي يحدد الثواب . وإن أى شيء آخر غير الخمر يؤثر على العقل وعلى يقظة فإن استخدامه محرم شرعا ، وبذلك يحافظ الإسلام على العقل .

فالصلاة في الحقيقة استخدام للعقل ، وتنمية له فالتدريب على استخدام العقل هو عملية نمو له أما إهماله وعدم استخدامه فيجعله يتحول إلى عضو قليل النفع لا يعطى إنتاجا ، فيصبح كالماء الراكد وتتعفن قدراته.

(١) الديلمسى .

(٢) النساء ٤٣ .

أما الحركة المستمرة للعقل والتي توفرها له الصلاة تجعل الفكر يتدفق باستمرار ، والقدرة على استخدامه تكبر ويصبح آلة طبيعة تنتج باستمرار (فيقول شكسبير على قم هاملت) " لا شك أن الله الذي خلقنا بعقل يحد ما مضى يرعى إلى ما سيحيى لم يمنحنا هذه القدرة لتدفن فينادون أن نستخدمها " (١).

ويقول الأستاذ محمد الغزالي " إذا نظرنا إلى الصلاة وهي العبادة الأولى في الإسلام وجدناها عملاً عقلياً فهي آيات تتلى من القرآن الكريم ، ومدى قبولها مقرون بصحة الفكرة في إقامتها وتدبر معانيها " (٢).

□ الصلاة على استخدام العقل :-

الصلاة لا تصلح إلا بتلاوة آيات من القرآن الكريم ، والقرآن مليء بالآيات التي تدعو إلى استخدام العقل وتحكيمه ، وبالتالي فالصلاة حث على استخدام العقل . ومن الآيات الكثيرة التي تدعو إلى تحكيم العقل هذه الآيات :

ففي سورة المؤمنون : ﴿ وَهُوَ الَّذِي يُحْيِي وَيُمِيتُ وَلَهُ اخْتَلَفُ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ ﴾ .
وفي سورة العنكبوت : ﴿ وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ ﴾ .

وفي سورة الأنعام : ﴿ قُلْ تَعَالَوْا أَتْلُ مَا حَرَّمَ رَبِّي عَلَيْكُمْ عَلَىٰكُمْ أَلا تَشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَلَا تَقْتُلُوا

(١) عقلك مصدر الصحة والمرض .
(٢) خلق المسلم .

نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ^ط وَلَا تَقْرَبُوا الْفَوَاحِشَ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَمَا بَطَنَ وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ذَلِكُمْ وَصَّيْتُكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ .

وفي سورة الحشر : ﴿ لَا يُقَاتِلُونَكُمْ جَمِيعًا إِلَّا فِي قُرَى مُحَصَّنَةٍ أَوْ مِنْ وَرَاءِ جُدُرٍ بَأْسُهُمْ بَيْنَهُمْ شَدِيدٌ تَحْسَبُهُمْ جَمِيعًا وَقُلُوبُهُمْ شَتَّى ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَعْقِلُونَ .

وفي سورة الأنبياء : ﴿ أَفَلَا لَكُمْ لَعَلَّكُمْ وَلِمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَفَلَا تَعْقِلُونَ .

وفي سورة المائدة : ﴿ قُلْ لَا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَأْتِ الْآلِبِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ .

وفي سورة البقرة : ﴿ يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ .
وابضاً : ﴿ وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَوةٌ يَأْتِ الْآلِبِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ .

وفي سورة آل عمران : ﴿ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ .
وفي سورة محمد : ﴿ أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا .

وفي سورة الحشر : ﴿ هُوَ الَّذِي أَخْرَجَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ مِنْ دِيَارِهِمْ لِأَوَّلِ الْحَشْرِ مَا ظَنَنْتُمْ أَنْ مَخْرَجُوا وَظَنُّوا أَنَّهُمْ مَانِعَتُهُمْ حُصُونُهُمْ مِنَ اللَّهِ فَأَتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ حَيْثُ لَمْ تَحْتَسِبُوا وَقَذَفَ فِي

قُلُوبِهِمُ الرُّغْبَ يُخْرِبُونَ بِيُوتِهِمْ بِأَيْدِيهِمْ وَأَيْدِي الْمُؤْمِنِينَ فَاعْتَبِرُوا يَتَّوَلُوا
الْأَبْصَارَ .

وفى سورة الزمر : « أَمَّنْ هُوَ قَنِتٌ ءَانَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا
يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُوا رَحْمَةَ رَبِّهِ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ
لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولَؤُلَا الْأَلْبَابِ »

وفى سورة المجادلة : « يَتَّيِبُهُمُ اللَّهُ لِيُؤْمِنُوا إِذَا قِيلَ لَكُم تَفْسَحُوا
فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ
اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ
خَبِيرٌ » .

كان الله سبحانه وتعالى يقول فى آياته إن استخدامك لعقلك أيها
المسلم هو الطريق السليم لإيمانك .

ويقول الأستاذ عباس محمود العقاد " وفريضة التفكير فى القرآن
الكريم تشمل العقل الإنسانى بكل ما احتواه من هذه الوظائف بجميع
خصائصها ومدلولاتها . فهو يخاطب العقل الوازع والعقل المدرك والعقل
الحكيم والعقل الرشيد ولا يذكر العقل مقتضبا بل يذكره مقصودا منفصلا
على نحو لا نظير له فى كتاب من كتب الأديان " (١)

ولم يدرك حقيقة أن القرآن يحث على استخدام العقل المفكر العربى
عباس العقاد وحده بل أن الكاتب الفرنسى " الدكتور موريس بوكاي أدرك
هذه الحقيقة أيضاً ونشر ذلك فى كتاب له صدر أخيراً باللغة العربية بعنوان

(١) التفكير فريضة إسلامية .

" دراسة الكتب المقدسة فى ضوء المعارف الحديثة " القرآن الكريم والتوراة والإنجيل والعلم الحديث.

ويقول الدكتور بوكاي " لقد قمت أولاً بدراسة القرآن الكريم وذلك دون أى فكر سبق وموضوعية تامة باحثاً عن درجة اتفاق نص القرآن ومعطيات العلم الحديث وكنت أعرف قبل هذه الدراسة وعن طريق الترجمات . أن القرآن يذكر أنواعاً كثيرة من الظواهر الطبيعية ولكن معرفتى كانت وجيرة وبفضل الدراسة الواعية للنص العربى استطعت أن أحقق قائمة أدركت بعد الانتهاء منها أن القرآن لا يحتوى على أية مقولة قابلة للنقد من وجهة نظر العلم الحديث " .

ويقول الدكتور بوكاي " وتناولت القرآن منتهياً بشكل خاص إلى الوصف الذى يعطيه عن حشد كبير من الظواهر الطبيعية . لقد اذهلتنى دقة بعض التفاصيل الخاصة بهذه الظواهر وهى تفاصيل لا يمكن أن تدرك إلا فى النص الأسمى ، اذهلتنى مطابقتها للمفاهيم التى نملكها اليوم عن نفس هذه الظواهر والتى لم يكن ممكناً لأى إنسان فى عصر محمد ﷺ أن يكون عنها أدنى فكرة ، ولقد قرأت أثر ذلك مؤلفات كثيرة خصصها كتاب مسلمون للجوانب العلمية فى نص القرآن ولقد أتت إلى تلك المؤلفات بغناصر تقييم هامة ولكنى لم اكتشفه بعد أى دراسة شاملة منجزة فى الغرب فى هذا الموضوع " .

إن أول ما يثير الدهشة فى روح من يواجه مثل هذا النص لأول مرة هو ثراء الموضوعات المعالجة فهناك الخلق وعلم الفلك وعرض لبعض الموضوعات الخاصة بالأرض . وعالم الحيوان وعالم النبات والتناسل الإنسانى ، وعلى حين نجد فى التوراة أخطاء علمية ضخمة لا

نكتشف في القرآن أى خطأ . وقد دفعنى ذلك لأن أتساءل : لو كان كاتب القرآن إنسانا ، كيف استطاع فى القرن السابع من العصر المسيحى أن يكتب ما اتضح أنه يتفق اليوم مع المعارف العلمية الحديثة ؟ ليس هناك أى مجال للشك فنص القرآن الذى نملك اليوم هو فعلا نفس النص الأول . ما التعليل الإنسانى الذى يمكن أن نعطيه لتلك الملاحظة فى رأى ليس هناك أى تعليل إذ ليس هناك سبب خاص يدعو للاعتقاد بأن أحد سكان شبه الجزيرة العربية فى العصر الذى كانت تخضع فيه فرنسا للملك " داجوبير " استطاع أن يملك ثقافة علمية تسبق بحوالى عشرة قرون ثقافتنا العلمية فيما يخص بعض الموضوعات .

لقد نزل القرآن على محمد ﷺ وكانت سورة العلق أول الآيات نزلت: ﴿ أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝۱ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝۲ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝۳ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝۴ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝۵ ﴾ .

إن أول الآيات مدح القلم باعتباره وسيلة إنسانية للمعرفة ومن هنا نفهم اهتمام النبى ﷺ بحفظ القرآن مكتوبا .

خلق السموات والأرض " توجد فى أماكن محددة من القرآن فقرات تذكر بعض جوانب رواية الخلق وهى تشمل على كثير أو قليل من التفصيلات حول أحداث الخلق: ﴿ قُلْ أَنتُمْ لَكُمْ تَكْفُرُونَ بِالَّذِي خَلَقَ الْأَرْضَ فِي يَوْمَيْنِ وَتَجْعَلُونَ لَهُ أُنْدَادًا ۚ ذَٰلِكَ رَبُّ الْعَالَمِينَ ۝۱ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ مِنْ فَوْقِهَا وَبَارَكَ فِيهَا وَقَدَّرَ فِيهَا أَقْوَاتًا فِي أَرْبَعَةِ أَيَّامٍ سَوَاءً لِّلنَّاسِ يَلِينٌ ۝۲ ثُمَّ أَسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ وَهِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَلِلْأَرْضِ ائْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ ۝۳ ﴾

فَقَضْنَهُنَّ سَبْعَ سَمَوَاتٍ فِي يَوْمَيْنِ وَأَوْحَىٰ فِي كُلِّ سَمَاءٍ أَمْرَهَا
وَزَيَّنَّا السَّمَاءَ الدُّنْيَا بِمَصْبِيحٍ وَحِفْظًا ذَلِكَ تَقْدِيرُ الْعَزِيزِ
الْعَلِيمِ ﴿١٠﴾

عالم الفلك في القرآن : ففي سورة لقمان ﴿ خَلَقَ السَّمَوَاتِ
بِغَيْرِ عَمَدٍ تَرْوَاهَا ﴾ " وفي سورة الرحمن " (الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ
بِحُسْبَانٍ) . وفي سورة النحل : (وَعَلَّمَتِ الْوَيْلَ وَالْجَمِ هُمْ
يَهْتَدُونَ) ، وفي سورة يس : (وَالْقَمَرَ قَدَرْتَهُ مَنَازِلَ حَتَّىٰ عَادَ
كَالْعُرْجُونِ الْقَدِيمِ) .

غزو الفضاء : في سورة الرحمن : (يَمْعَشَرِ الْجَنِّ وَالْإِنسِ
إِنْ أَسْتَطَعْتُمْ أَنْ تَنْفُذُوا مِنْ أَقْطَارِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ فَانْفُذُوا
لَا تَنْفُذُونَ إِلَّا بِسُلْطَانٍ) تشير الآية إلى ولوج عميق وخروج
من جهة معاكسة للمناطق المعينة . وليس من شك في أن هذه الآية تشير
إلى إمكانية البشر ذات يوم بأن يحققوا ما نسميه في عصرنا بغزو الفضاء
. والنص القرآني لا يتنبا فقط بالإنفاذ عبر مناطق السماء إنما يتحدث عن
الإنفاذ عبر مناطق الأرض أي استكشاف الأعماق .

وعليه وفيما يخص غزو الفضاء فإننا نجد أنفسنا في مواجهة
فقرتين من القرآن تشير إحداهما إلى ما سيتحقق يوما بفضل السلطات التي
سيخولها الله للفتنة والعبقرية والبشريتين .

في حين تشير الفقرة الثانية إلى حدث لن يشهده من كفر بمكة ،
ومن هنا كانت سمة هذا الفرض الذي لن يتحقق ولكن هناك آخرين
سيعيشون هذا الحدث كما تترك الآية الأولى ذلك للفرض ، إنها تصف رد

الفعل الإنشائي أمام المشهد غير المنتظر الذي سيوهب لمسافري الفضاء :
نظرت مضطربة وشعور بالاحساس .

كذلك تماما عاش رواد الفضاء تلك المغامرة الخارقة منذ

عام ١٩٦١م.

١. الأرض :

آيات ذات مرمى عام : سورة البقرة: ﴿ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ
الْأَرْضَ فِرَاشًا وَالسَّمَاءَ بِنَاءً وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ
مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَّكُمْ فَلَا تَجْعَلُوا لِلَّهِ أَندَادًا وَأَنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾.

ب. دورة الماء والبحر:

سورة الزمر : ﴿ أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً
فَسَلَكَهُ يَنْبِيعٌ فِي الْأَرْضِ ثُمَّ يُخْرِجُ بِهِ زَرْعًا مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ ثُمَّ
يَهْبِجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَجْعَلُهُ حُطْبًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرًا
لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ﴾.
ج. البحار :

سورة إبراهيم ﴿ اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ
مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَّكُمْ وَسَخَّرَ
لَكُمُ الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْأَنْهَارَ ﴾.

د. تضاريس الأرض :

سورة النبا : ﴿ أَلَمْ نَجْعَلِ الْأَرْضَ مِهْدًا ۝ وَالْجِبَالَ أَوْتَادًا ۝ ﴾ .

هـ الارتفاع :

سورة الأنعام : ﴿ فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَهْدِهِ يُشْرَحْ صَدْرَهُ
لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا
كَأَنَّمَا يَصْعَدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى
الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ ﴾ .

و . الكهرباء الجوية :

سورة الرعد ﴿ هُوَ الَّذِي يُرِيكُمُ الْبَرْقَ خَوْفًا وَطَمَعًا
وَيُنْشِئُ السَّحَابَ الثِّقَالَ ۖ وَتُسَبِّحُ الرَّعْدُ بِحَمْدِهِ وَالْمَلَائِكَةُ
مِنْ خِيفَتِهِ وَيُرْسِلُ الصَّوَاعِقَ فَيُصِيبُ بِهَا مَنْ يَشَاءُ وَهُمْ
يُجَادِلُونَ فِي اللَّهِ وَهُوَ شَدِيدُ الْحَالِ ۖ ﴾ .

ز . الظل :

سورة النحل : ﴿ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَجَعَلَ
لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ
وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمُ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُتِمُّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ
تُسَلِّمُونَ ﴾ .

وفي سورة الفرقان : ﴿ أَلَمْ تَرَ إِلَى رَبِّكَ كَيْفَ مَدَّ الظِّلَّ وَلَوْ
شَاءَ لَجَعَلَهُ سَاكِنًا ثُمَّ جَعَلْنَا الشَّمْسَ عَلَيْهِ دَلِيلًا ﴾ .

□ التناسل الإنساني :-

عرف الناس القرآن بما يربو على ألف عام من قبل هذا العصر الذى كانت المعتقدات الوهمية تسوده . إن مقولات القرآن عن التناسل البشرى تعبر فى الفاظ بسيطة عن حقائق أولى أنفقت مئات من السنوات لمعرفةها .

ففى سورة المؤمنون : ﴿ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴾ .

□ القرآن والتربية الجنسية :

فى سورة البقرة : ﴿ وَتَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴾ ﴿٣٣﴾ نَسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنْى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلْقَوُهُ وَنَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ ﴾ ﴿٣٤﴾ .

ولنبداية هذه العبارة معنى واضح تماما : فتحریم إقامة علاقات جنسية مع امرأة حائض أمر قاطع . أما الجزء الثانى فيشير إلى الحرث الذى يسبق ، عند البادر ، وضع البذور التى ستنبث زرعاً جديداً إذن العبارة تؤكد بشكل غير مباشر ، عبر الصورة المجازية ، على أهمية أن يكون واضحاً لدى الإنسان أن الهدف النهائى للعلاقة الجنسية هو الإنجاب

والجملة الأخيرة تحتوى على توصية يبدو وأنها تخص مقدمات للعلاقة الجنسية .

قد يتساءل البعض إذا كان هذا هو حال القرآن . فلماذا لا يستخدم المسلمون عقولهم ويدلون بدلوهم فى ميدان العلم ؟ ويجيب على هؤلاء الدكتور " بوكاي " بقوله :

وإن فى العالم الإسلامى كما فى العوالم الأخرى ، حاول البعض إيقاف التطور العلمى . ولكن علينا أن نتذكر أن فى عصر عظمة الإسلام . أى بين القرن الثامن والقرن الثانى عشر من المسيحى وعلى حين كانت تفرض القيود على التطور العلمى فى بلداننا المسيحية . أنجزت كمية عظيمة من الأبحاث والمكتشفات بالجامعات الإسلامية . وفى ذلك العصر كان الباحث بهذه الجامعات يجد وسائل ثقافية عظيمة . ففى قرطبة كانت مكتبة الخليفة تحتوى على أربعمائة ألف مجلد . وكان ابن رشد يعلم بها . وبها أيضاً كان يتم تناقل العلم اليونانى والهندي والفارسي ، لهذا السبب كان الكثيرون يسافرون من مختلف بلاد أوربا للدراسة بقرطبة مثلما يحدث فى عصرنا أن نسافر إلى الولايات المتحدة لتحسين وتكميل بعض الدراسات .

ولكم هى كثيرة تلك المخطوطات القديمة التى وصلت إلينا بواسطة الأباء العرب ناقلية بذلك الثقافة إلى البلاد المفتوحة . . . ولكم نحن مدينون للثقافة العربية الرياضيات (فالجبر عربى) وعلم الفلك والفيزياء (البصريات) والجيولوجيا وعلم النباتات والطب (ابن سينا) إلى غير ذلك . لقد اتخذ العلم لأول مرة صفة عالمية فى جامعات العصر الوسيط الإسلامية . فى ذلك العصر كان الناس أكثر تأثراً بالروح الدينية مما هم

عليه في عصرنا .. ولكن ذلك لم يمنعهم من أن يكونوا في أن واحد
مؤمنين وعلماء . كان العلم الأخ التوام للدين . لكم كان ينبغي على العلم ألا
يكف عن أن يكون كذلك .

نفهم من كلام الدكتور " بوكاي " أنه عندما يعمل المسلمون
بقرائهم وبما يحثهم عليه من استخدام العقل تكون النهضة العلمية
للمسلمين كما حدث قبل ذلك .

وعندما يبتعدون عنه وعما حث عليه يكون التخلف وعندما نقرأ
كلام الدكتور " بوكاي " لا يملك أن نقول سبحان الله حين يقول: ﴿ وَمِنْ
النَّاسِ وَالْدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مَخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا تَخْشَى
اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ ﴾ .

□ كيف تدرب الصلاة العقل والذاكرة :

القدرة على التركيز الذهني هي القدرة على استخدام العقل .
وتدريب الذهن على التركيز يؤدي إلى الوصول إلى درجة كبيرة من جنى
ثمار العقل لذلك كان هناك جزء كامل عن التركيز الذهني في هذا البحث
بعنوان " الصلاة والتركيز الذهني " .

وأهم النتائج التي تم التوصل إليها في الجزء الخاص بالصلاة
والتركيز الذهني ، هي أن الصلاة لا تصلح إلا بقدر من التركيز الذهني يتيح
الحصول على ثواب أكبر من الصلاة وفي نفس الوقت يصبح الذهن مدربا
على التركيز في كل شئون الحياة الأخرى .

الصلاة تعطى ميزة للفكر تجعله مرنا وليس متحجرا ولذلك في
الجزء الخاص " بالصلاة والتكيف " من هذا البحث نجد أن الصلاة برنامج

تدريب للعقل فى التلاؤم مع الظروف المتغيرة . فمهما تغيرت الظروف المحيطة فهناك التكيف بحيث تستمر الصلاة ولا تنقطع ولو فى الحرب أو حتى عند الموت نفسه فلا يكون العقل المسلم كعقل سكان استراليا الأصليين الذين يقال عنهم أنهم انقرضوا بسبب تغير الظروف فعندما كانوا يسرون من مكان إلى مكان آخر وجدوا أمامهم جبالا عالية فوقها أمام هذه المشكلة ولم يتحركوا . هنا التجرد والتجرب للفكر ، أنهم لم يستطيعوا التكيف مع الظروف المتغيرة الا وهى وجود الجبال العالية .

ولأن الصلاة متكررة فى اليوم الواحد وفى أوقات ثابتة فالتدريب على التركيز ذهنى والتكيف مع الظروف المتغيرة يأخذ من خلالها صفة المواظبة .

وإن المواظبة هى أفضل صفة يمكن استخدامها فى التدريب على أى عادة يراد اكتسابها .

ويقول مؤلف كتاب " صحتك بين يديك " أن خير الوصفات لا تأتى بالفائدة المرجوة منها حتى يتوفر لها عامل المواظبة " ويقول أيضا " إن التدريب ذهنى أمر أساسى لا غناء عنه . وإن تدريب عقلك بحيث يعمل بصورة منتظمة مرتبة له تأمين ضد التشتت وضياح المجهود" (١)

وهذا ما تقوم به الصلاة فى كل يوم وفى أوقات ثابتة من اليوم الواحد يؤدى المسلم خمس صلوات ، فكانه يؤدى خمسة تدريبات منتظمة كل يوم للذهن . والذاكرة جزء من العقل والصلاة تدريبها ، وتكتسب الذاكرة صفة المواظبة على التدريب أثناء الصلاة لأن فى كل صلاة تلاوة قرآن كريم . ويقول مؤلف كتاب " أتح لنفسك فرصة " لا ينتظر أحد أن يكتسب عقلا

(١) كورتى د. فلير .

مدرباً فعالاً مادام يهمل ذاكرته . فالذاكرة كالعضلة إذا داومت على تدريبها ازدادت مقدرتها ونمت قوتها ، وإذا أهملتها ترهلت ، ولأنت ولم تعد تستجيب لإرادتك " ويضيف والذاكرة ككل جزء من أجزاء الجسم والعقل تنمو وتقوى بالتمارين المستمر ^(١) وخير تمرين مستمر هو الصلاة فهي مستمرة لا تتوقف والتدريب فيها يكون على الحفظ والتلاوة.

وهناك نقطة هامة لماذا اختار الله لنا صلاة الصبح لتمتاز بطول قراءة القرآن الكريم ، حتى لقد سماها سبحانه قرآن الفجر؟.

هل نجد إجابة في علم النفس عن هذا السؤال . وهل قراءة القرآن في الفجر مناسبة أكثر للذاكرة ونموها ، واستخدامها ؟

من المعروف علمياً أنه أثناء التحليل النفسى لمريض لابد أن يكون ذلك المريض مسترخياً تماماً لأن الاسترخاء يضعف من عمل الرقيب على العقل الباطن وهو الجزء اللاشعورى من عقل الإنسان وعندما يضعف الرقيب بالاسترخاء يمكن لطبيب النفس استخراج الحوادث المؤلمة ، والقابعة في العقل الباطن وهو المخزن الواسع في الذاكرة .

وبعد ذلك يحلل الطبيب ذلك كله ويستنتج العقد النفسية التى تتحكم فى ذلك المريض .

وفى أثناء النوم حيث تسترخى عضلات الجسم يضعف ما يسمى بالرقيب أيضاً فتخرج من عقل الإنسان الباطن الحوادث التى لا يرضى عنها والمشاعر التى يرفضها ذهنه فى حالة اليقظة ، ولكن حتى تستمر عملية النوم فلا يفزع النائم ، فإن تلك الأشياء التى خرجت من العقل الباطن تأخذ

(١) جودون بالمرون .

صفة الرمز ولذلك فتفسير الأحلام عمل من أعمال أطباء النفس أيضاً ويقصد بالأحلام هنا ما سماها القرآن الكريم "باضغات أحلام".

وقد وجد العلماء أنه أثناء استرخاء الجسم ، يمكن إدخال ما نريد من معلومات إلى العقل الباطن وزرع هذه المعلومات فيه . لتصبح هذه المعلومات الجديدة جزءاً من ذاكرة الإنسان وتسمى هذه الطريقة بطريقة الإيحاء .

واستنتج العلماء أن أفضل فترة من الوقت يمكن اكتساب فيها المعلومات هي قبل النوم مباشرة أو بعد النوم مباشرة . في كلتا الحالتين يكون الجسم في حالة استرخاء ، ولذلك نصح العلماء أن تكون المذاكرة للطلبة في فترة الصباح لأنها أفيد في اكتساب المعلومات .

وبذلك نصل إلى أن أفضل فترة لنمو الذاكرة في حفظ القرآن وتلاوته هي بعد القيام من النوم مباشرة والتي هي ميعاد صلاة الصبح . ولذلك أطلق عليها العليم الخبير " قرآن الفجر " حتى يرتب المسلم مخزون ذاكرته بالطريقة الصحيحة ، فيحتل القرآن الكريم منها مكان الصدارة وتصبح ذاكرته نامية باستمرار .

وسبحان الله حين يقول : ﴿ أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ ﴾ .

□ الصلاة تنظم الفكر :

الصلاة للإنسان عملية تنظيم لفكره . كيف ؟

إنها ترتب له الأولويات فيحدد درجات الأهمية لما بين يديه من الأعمال.

فالأهم دائما هو الصلاة في ميعادها لذكر الله ، فعندما تنبض المآذن بالدعوة إلى الله بالأذان ، فلا بد من المبادرة الفورية للصلاة ، فهذا هو الأهم ، إذن لقد عرف المسلم الأهم ، أما المهم فهو أى شىء آخر غير الصلاة ثم بعد ذلك يميز بين الأشياء حسب أهميتها .

ويقول مؤلف " أتح لنفسك فرصة " إن القدرة على التفكير والتمييز وتقدير قيم الأشياء من أهم الأسلحة التى يتسلح بها الشاب الطامح إلى النجاح " (١)

والصلاة تقوم بعملية ضبط المسار العقلى للإنسان ، فالمسلم هدفه الأسمى هو رضا الله ، وفى كل صلاة تذكرة له بذلك . وعلى هذا يحدد عقل المصلى قيمة الأعمال التى يقوم بها بالنسبة لهدفه السعى وهو رضا الله ، بعد أن رسخت الصلاة فى نفسه هذا الهدف ، فيعرف درجات أهمية الأعمال التى يقوم بها .

ولذلك يقول الرسول ﷺ : " من لم تنهه صلته عن الفحشاء والمنكر لم يزدد من الله إلا بعدا " (٢)

كل أهداف المسلم المحسوسة كتكوين ثروة أو الوصول إلى مركز اجتماعى مرموق ، وغير ذلك مما كبر أو صغر ، كلها فروع لابد أن تصب فى النهر الأساسى وهو رضا الله ويقول ك . س . واختل " يجد المتعمقون فى الدين الوفاء بمجرد محاولة الحياة بالطريقة التى تسر الله " (٣)

(١) جوردون بايرون .

(٢) الطبرائى .

(٣) عقلك مصدر الصحة والمرض .

الصلاة إذا تقوم بربط الأهداف المحسوسة الصغرى بالهدف الأسمى . أن يجمع المسلم الثروة كهدف مباح له ولكن يجب أن يرتبط ذلك بالزكاة حتى يلتحم الهدف المحسوس بالهدف الأسمى فتكون لحياة المسلم معنى .

وفى كل صلاة نجد أن هناك استخداما للعقل ، وتوجيها للمشاعر الروحية وليس جعل العقل يسير فى ركاب الانفعالات الدينية مهما كانت صادقة ، فليست الصلاة مجرد نشوى انفعالية دينية ، بدليل أن المصلى لا يأخذ من صلاته إلا ما عقل منها . أما المشاعر التى تنتاب المصلى أثناء الصلاة فهى تأتى نتيجة لاستخدام العقل ، فأثناء تلاوة القرآن العقل يتدبر المعانى فتنتاب المصلى المشاعر الدينية .

وهذا هو الدور الطبيعى للعقل فى الصلاة وفى كل عمل آخر يقود المشاعر ولا ينقاد إليها .

ويسمى ك . س . واختل هذا الدور للعقل بسر الصحة العظيمة ويقول " إن غرائزك بالنسبة لبقية جهازك هى كموتور عربتك بالنسبة لبقية العربة فمن غير القوة التى يولدها الموتور لا تستطيع العربة أن تسير ودون الانفعالات التى تولدها غرائزك لا تستطيع أن تسير وسواء كانت القوة التى يولدها موتور العربة تساعدك أو تضرك فإن ذلك يعتمد على حسن إدارتك لها " (١)

إن ك . س . واختل يريد أن يؤكد أنه لابد من ضبط الانفعالات حتى لا تتحول إلى قوة مدمرة وإنما يجب التحكم فيها وإن الذى يقوم بهذه

(١) عقلك مصدر الصحة والمرض .

العملية هو العقل ، ولذلك يقول في مكان آخر من كتابه عقلك مصدر الصحة والمرض " إنه يجب أن تحتفظ بعقلك في مقعد السائق " .

وهذا هو المعنى الذى ينبهنا إليه القرآن الكريم فى سورة محمد :
﴿ وَمِنْهُمْ مَّنْ يَسْتَمِعُ إِلَيْكَ حَتَّىٰ إِذَا خَرَجُوا مِنْ عِندِكَ قَالُوا لِلَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ مَاذَا قَالَ آنِفًا ۚ أُولَٰئِكَ الَّذِينَ طَبَعَ اللَّهُ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ وَاتَّبَعُوا أَهْوَاءَهُمْ ۚ ﴾ والإسلام لا يدمر الغرائز ولا يحتقرها ولكنه يهذبها ، وبذلك فليس هناك صراع فى الإسلام بين الغرائز والعقل فالعقل أداة لتهديبها والتحكم فيها لا لقتلها أو تجاهلها .

والذى يجعل انفعالاته فى مكان السائق سوف يسخر عقله لتحقيق أهوائه ، كالذى يعمل عقله فى السرقة ليشبع الرغبة الملحة فى شراب المخدرات فلو كان عقله أخذ القيادة لكان أوقف الرغبة الحرام فى السرقة للحصول على ما يعتبره العقل مضرا ، ولذلك ينصحنا ك . س واختل أن نجعل شعارنا " العقل فوق الغريزة " . (١)

وقد ربط الله سبحانه وتعالى بين ضياع الصلوات واتباع الشهوات فإداء الصلاة يجعل المسلم يتحكم فى شهواته لأنه يجعل عقله يقظا فلا ينقاد إلى الشهوات التى تتعارض مع هدفه الأساسى وهو رضا الله . هكذا فإن الصلاة تجعل العقل فى مكان القيادة فلا ينقاد لشهوة ولذلك يقول الله سبحانه وتعالى : ﴿ خَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا ﴾ . (٢)

(١) عقلك مصدر الصحة والمرض .
(٢) مريم .

يحذر الله الناس من إضاعة الصلاة مما يسهل عليهم اتباع أهوائهم
فهذا هو مصدر ما سيلقونه من سوء المصير ، ليس فقط في الآخرة إنما
في الدنيا أيضاً .

ويحذرننا (ك . س واختل) " لا تدع غرائزك تفكر لك فإنها لا
تستطيع .

والناس الذى يفكرون باستمرار بغرائزهم أى أولئك الذين يفكرون
بطريقة انفعالية . يفقدون قدرتهم على الحكم فى النهاية فالقدرة على
التفكير أداة مثلها مثل الذاكرة ، يجب أن تكون دائماً فى حالة جيدة وذلك
باستخدامها وإلا فإنها تميل إلى أن تضمر وعندما يحدث هذا فإن قابليتك
للإصابة بالمرض الذى يسببه العقل تكون خطرة جداً " (١)

□ مجال النشاط العقلى :-

الصلاة هى أهم ركن فى الإسلام تدرب العقل على الاستخدام .
والإسلام يحدد إطار هذا الاستخدام ، حتى يحافظ على العقل . إذا الصلاة
ترعى العقل والإسلام يؤمن له حدوده .

الإسلام يحافظ على العقل تماماً وعلى قدره يقيم الإنسان فليس
العاقل كالمجنون أو السفیه وليس الصغير كالكبير . والإسلام يحافظ على
العقل من أن تنتشر جداول أفكاره فى بحار السراب فيحدد له حدوده حتى لا
يتعدها فيفقد قيمته .

أن يفكر العقل فى حدوده فيفكر فى وجود الله فهذا هو حقه أما أن
يتعدى ذلك ليفكر فى ذات الله أو إدراك أبعاد صفاته جل وعلا . هنا يفقد

(١) عقلك مصدر الصحة والمرض .

العقل قيمته ويتحول إلى مسخ مشوه لأن العقل مخلوق كحبة الرمل إذا تصور أنه قادر على أن يحيط علما بذات الله فإنه أعطى لنفسه صفة الألوهية لأنه تعدى حدود البشرية . وأن القرآن الكريم ذكر لنا صفات الله ليس لتجسيمها أو لتحديد لها حاشا لله ، وإنما لمجرد الإحساس العقلي بها لا للإحاطة بها .

تماما ككل طفل نريد أن نعرفه بشيء لا يمكنه إدراكه بحكم سنه الصغير فنعطى له تشبيهات تقرب له بها ذلك الشيء من ذهنه . بالقطع ليست هذه التشبيهات هو هذا الشيء .

أو كالذى ولد أعمى ونريد أن نصف له الضوء إنه لا يعرف شيئا عن الألوان أو الأصواء كل معرفته مبنية على الانطباعات الصوتية . فانت لا يمكن أن تخيره ما هو الضوء يحكم عجزه ولكن ممكن أن نعطي له بعض الأمثلة والتشبيهات المستمدة من عالمه الخاص عالم الأصوات .. كان تقول له الأصواء تختلف فى الشدة فهناك فرق بين ضوء الشمس الشديد وضوء الشمعة الضعيف مثلا :

هناك فرق بين طلقة المدفع المدوية وبين النقر على الباب بالإصبع أنك بالقطع لم تقل ما هو الضوء لكن قربت له صفة من صفاته بقدر الإمكان فليست الأصوات تعطى حقيقة الأصواء .

ولذلك عندما خاطبنا الله فى قرآنه الكريم كان يخاطبنا على قد عقولنا وذلك لنا صفاته لتقريب المعنى إلى أذهاننا وحتى لا يخرج العقل عن حدوده فيتصور أنه قادر على الإحاطة بصفات الله جل وعلا حسم القرآن الكريم الموقف فقال الله سبحانه وتعالى : ﴿ فَاطِرُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۚ جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَمِنَ الْأَنْعَامِ أَزْوَاجًا ۚ

يَذَرُوكُمْ فِيهِ لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ

هنا فصل الخطاب . فالعقل ليس هدفا بذاته وإنما هو وسيلة لتحقيق هدف
ألا وهو الخلافة في الأرض ، وتعميرها باستخدام المادة ومعرفة قوانينها
التي هي سنة الله في خلقه .

ويقول الإمام الغزالي في كتابه المقصد الأسمي في أسماء الله
الحسنى : " إن العقل لا يستطيع أن يحكم على شيء حتى يحصره في
اثنين الزمان والمكان ، فيقول متى وأين فما لم ينحصر بينهما لم يكن للعقل
عليه سلطان ، فالعقل لا يستطيع أن يحكم على الله تبارك وتعالى ولا على
صفاته ولا على قضائه وقدره والعقل محدود لا يستطيع أن يتصور غير
المحدود ولا يحكم على غير المتناهي والله عز وجل غير محدود فالعقل لا
يستطيع أن يحكم عليه ، والعقل لا يتصور الخلود ويختل ميزان العقل أن
حاول الحكم على غير المحدود ويقع في المتناقض المستحيل والعقل لا
يستطيع أن يحكم ولا يصح حكمه إلا في الأمور المادية أما " ما وراء
المادة " أي عالم الغيب فلا حكم للعقل فيه .

وهذا الذي قال به الغزالي أعاده الفيلسوف كاتبت في كتابه نقد
العقل الخالص بعد ثمانمائة سنة " (١)

فبالعقل البشري المحدود لا يمكن أن يكون الإنسان مسيراً ويحاسب
على أعمال هو مجبر على إتيانها ، ولا يمكن أن يكون للإنسان حرية
الاختيار وإرادة الله مطلقة .

إذا لابد أن يكون الإنسان مخيراً ومسيراً في نفس الوقت ، كيف ؟
إن ذلك يرجع إلى حكمة الله العليا . إن العقل يدرك أن الإنسان مخير

(١) الإنسان والعقل : نور الجندی .

ومسير في نفس الوقت لكن لا يملك معرفة حكمة الله العليا في ذلك أو في القضاء والقدر ، تماماً مثلما يصل العقل إلى أن الله موجود لكن يجب أن يقف عند التفكير في ذات الله ، وإلا هلك بحتمية عجزه .

هكذا حدد الإسلام الدائرة التي يعمل فيها العقل ، دائرة رحبة تتفق مع طبيعة العقل وهي تعامله مع المادة ، أما ما وراء المادة فليس من حق العقل أن يفكر فيه . والصلاة تدريب مستمر للعقل حتى يستخدم المادة بأقصى ما يمكنه من طاقة بالطريقة النافعة ، حتى يحقق الغاية من خلقه وهي الخلافة في الأرض .

يمكن إيجاز ما تقدم في النتائج التالية :

- بمقدار ما يستخدم المصلى عقله فى الصلاة ، بمقدار ما يحصل على ثواب منها . والرسول ﷺ يقول " ليس للعبد من صلاته إلا ما عقل منها "
- لا بد من استخدام الذاكرة فى الصلاة وهى جزء من العقل ، وبمقدار ما يحفظ المصلى من آيات ويتلوها فى الصلاة بمقدار ما تنمو ذاكرته .
- الصلاة تنمية للعقل باستخدامه ، فالعضو الذى لا يستخدم يضم .
- الصلاة لا تصلح إلا بتلاوة آيات من القرآن الكريم ، والقرآن ملىء بالآيات التى تدعو إلى استخدام العقل ، وبالتالي فالصلاة تحت على استخدام العقل .
- لم يكتشف حقيقة أن القرآن يدعو إلى استخدام العقل المفكر العربى " عباس العقاد " وحده بل شاركه الكثيرون ومنهم الدكتور بوكاى فى ذلك ويقول " إن القرآن لا يحتوى على أى مقولة قابلة للنقد من وجهة نظر العلم الحديث " .
- لم يكتف القرآن الكريم بالحث على استخدام العقل بل وجه النظر إلى الطبيعة وظواهرها هى مجال استخلاف الإنسان حتى يعمل عقله فى عمارتها ، ويقول الدكتور " بوكاى " : " لقد أذهلتنى مطابقتها للمفاهيم التى نملكها اليوم عن نفس الظاهرات التى لم يكن ممكنا لأى إنسان فى عصر محمد أن يكون عنها أنى فكرة " .
- ليس معنى أن العالم الإسلامى متخلف اليوم أن القرآن لا يحث على استخدام العقل . وذكرونا الدكتور " بوكاى " بعصر عظمة الإسلام

- " حين كانت القيود على التطور العلمى فى بلادنا المسيحية أنجزت كمية عظيمة من الأبحاث والمكتشفات بالجامعات الإسلامية " .
- التدريب على التركيز ذهنى ، والتكيف مع الظروف المتغيرة ، يأخذ من خلال الصلاة صفة المواظبة .
 - ولا يمكن تدريب العقل إذا أهملنا الذاكرة ، والصلاة تدرب الذاكرة ، ففى كل صلاة تلاوة لآيات القرآن الكريم .
 - سميت صلاة الفجر " بقرآن الفجر " لأن افضل فترة لنمو الذاكرة بعد الاستيقاظ من النوم مباشرة .
 - سميت صلاة الفجر " بقرآن الفجر " لأن فيها أطول قراءة للقرآن ، وهذا مناسب تماما لنمو الذاكرة وترتيبها بحيث يحتل القرآن الكريم فيها مركز الصدارة . وافضل الأوقات لنمو الذاكرة بعد الاستيقاظ مباشرة من النوم أى فى الفجر .
 - الصلاة تنظم فكر الإنسان ، وتعلمه ترتيب الأولويات فالأهم دائما هو الصلاة ، وبعد ذلك يأتى ترتيب الأعمال الأخرى فيرتب المسلم أعماله فى ضوء هدفه الأسمى وهو رضا الله .
 - فى الصلاة نتعلم كيف نستخدم العقل ونتدبر المعانى ، ثم تأتى بعد ذلك ما تؤثر فيه هذه المعانى من مشاعر فى النفس . وهذا هو الدور الطبيعى للعقل فى الصلاة وفى كل عمل آخر أن يقود المشاعر ولا ينقاد إليها .
 - الإسلام يحافظ على العقل ويديره على الاستخدام ، لكن فى نطاق حدوده كمخلوق يتعامل مع المادة ، أما ما وراء المادة فليس من حقه الخوض فيه ، وبهذا يحفظ الإسلام قدراته من أن تتسرب فى بحار السراب .

(ج) الصلاة والجسم

- الصلاة والنظافة.
- الصلاة والغذاء المعتدل.
- الصلاة والرياضة المنتظمة.
- الصلاة والاسترخاء.
- الصلاة والرعاية الطبية.
- الصلاة والوقاية من الأمراض.
- الصلاة كعلاج.

الصلاة والجسم

إن الجسم هو الآلة التي تحفظ للإنسان حياته ، ولذا كان الإنسان حريصا على صحة جسده حرصه على حياته . ومهنة الطب من المهن التي عرفها الإنسان منذ فجر التاريخ وهي ما زالت تعتبر من أهم المهن يعمل بها الإنسان . والدول تقوم بالرعاية الصحية لأبنائها وتتخذ لذلك وزارة تعرف بوزارة الصحة .

وإن قواعد الصحة تكاد تكون معروفة للجميع وأهمها النظافة ، والغذاء المعتدل ، والرياضة المنظمة ، والعناية الطبية ، وهذه العناصر من العناصر المهمة التي ذكرها " كورتني . د . فارمر " في كتابه صحتك بين يديك " . ولنبحث هل الصلاة لها علاقة بهذه القواعد ؟ ونناقش كل قاعدة منها وعلاقتها بالصلاة .

□ الصلاة .. والنظافة :-

شرط ضروري لإقامة الصلاة الطهور بالاغتسال لمن تستوجب ظروفه الاغتسال . والله سبحانه وتعالى يقول ﴿ يَتَأَيُّمُ الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قُمُوا إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ يَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ

عَلَيْكُمْ مِّنْ حَرَجٍ وَلَٰكِن يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ
لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ^(١).

والاغتسال واجب يوما في كل اسبوع وهو يوم الجمعة، قبل صلاة الجمعة .
قال رسول الله (ﷺ) " غسل يوم الجمعة واجب على كل محتلم
وسواك ويمس من الطيب " .^(٢)

وايضاً يقول الرسول (ﷺ) " إن هذا يوم عيد جعله الله للمسلمين،
فمن جاء الجمعة فليغتسل " .^(٣)

وشرط أساسى لقيام الصلاة الوضوء حتى تم غسل أعضاء جسم
الإنسان المعرضة للغيار والاتساخ ، وتكرر هذا مع كل وضوء وبالتالي
تكون نظافة هذه الأعضاء مستمرة. فتكون يد الإنسان المصلى دائمة
النظافة فلا تكون عرضة لأى تلوث مرئى أو غير مرئى ، كذلك النظافة
الدائمة للوجه وبخاصة العينان فلا تتعرضان للإصابة بالأمراض مثل الرمد .
والنظافة الدائمة لفتحات الأنف خاصة من الإفرازات عند الإصابة بالبرد .
وبالنسبة للخم فإن مضمضة الوضوء تنظيف دائم له ، وتغير
للوسط الذى تتكاثر فيه الميكروبات .

وخبراء الصحة ينصحون بغسل الفم بالفرشاة والمعجون بعد تناول
الطعام مباشرة ، خاصة المواد السكرية وإذا لم يتيسر ذلك يغسل الفم بالماء .
وبذلك تكون المضمضة فى الوضوء تنظيفاً مستمراً للفم . يقول
الدكتور محمد ذكى سويدان " وقد ثبت أن غسل الفم بالماء فوق الغسيل

(١) المائدة : ٦ .

(٢) مسلم .

(٣) ابن ماجه .

بأى معجون أسنان إلا ما يحوى مادة الفلورين التى تحمى الأسنان من التسوس. (١)

وفى الوضوء يتم أيضاً تنظيف الأذنين وخلف الرقبة . وشعر
الرأس والقدمين وأصابعهما ولو نظرنا إلى الاغتسال نجد أنه يعنى النظافة
تماماً لجميع أجزاء الجسم ، ولا بد لكل فتحة من فتحاته أن يصلها الماء ،
هكذا كل تفاصيل الجسم تنظف بالماء وليس مجرد إلقاء كمية من الماء
على الجسم وكفى .

هذا هو تمام الطهر وإتقان عمل النظافة والصبر على تفاصيل أدائه. فإذا كنا في كل عمل نصبر على التفاصيل الدقيقة فإن هذا هو الإتقان في الأداء ماذا لو كنا في كل أعمالنا نصبر على التفاصيل ولا "نهرج" فيتم العمل أي عمل بكل حذافيره فلا تنتج أعمالنا ناقصة أو مبتورة.

والإنسان بدون صبر في خسران ، والله سبحانه وتعالى يقسم
بالعصر فيقول سبحانه : ﴿ وَالْعَصْرِ ۝١ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ۝٢ ﴾ إلا
الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا
بِالصَّبْرِ ۝٣﴾ . (١)

إن كلمة السر عند " دكتور د. هارولد فنك " هي التفاصيل
فالتفاصيل تزيد من قدرات الإنسان وقول " ولقد سمعت أناسا يقولون إنهم
لا صبر لهم على التفاصيل وأنا أرثى لهم ، لأنهم يفصحون عن ضجر
بالحياة ، فالحياة كلها تفاصيل . والعش كله تفاصيل فالإنسان لا يستطيع إلا
أن يأخذ نفسا واحدا في الشهيق في المزة الواحدة ، والأكسجين اللازم له

(١) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .
(٢) العصر .

فى مدى ثمان وأربعين ساعة أو فى حياته كلها لا يمكن اختزانه فى صهرىج لىؤخذ فى جرعة واحدة من التنفس . وروح الفنون وجوهرها ومن ضمنها الحياة ، هو لمسة الصانع الزائدة وحب التفاصيل : (١)

الصلاة والجسم

□ الغذاء المعتدل :-

إن الصلاة تؤثر فى الجهاز الهضمى للإنسان ، ففى بدايته تتعهد الفم بالنظافة المتجددة بالمضمضة فى الوضوء ، وبالنسبة للأسنان فإنها تحافظ عليها وما السواك أو ما يقوم مقامه إلا تعهد للأسنان والفم بالعناية والرعاية . ويجب أن تشمل روح الصلاة إلى أعمال الإنسان كلها فكما أن الصلاة لا تصلح إلا بالاطمئنان فى أدائها كذلك طريقة تناول الطعام لا يجب أن يبتلع المرء طعامه بسرعة بل يجب أن يمضغه جداً بتأن . وهذا مفيد جداً للاستفادة من الطعام ولصحة الجهاز الهضمى .

وكمية الطعام ونوعه وتوقيت تناوله تؤثر فيها الصلاة أيضاً . كيف؟ لو عرفنا أن علة تحريم الخمر فى الآية القرآنية: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَرَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ﴾ (٢) . نجد أن هذه العلة التى حرم الخمر من أجلها فى الآية الكريمة هى غفلة العقل بسبب الخمر فتكون النتيجة أن المصلى لا يفقه ما يقول أثناء الصلاة .

(١) لمن ترهقهم الحياة .

(٢) النساء ٤٣ .

ويقول الإمام الغزالي : " قيل : سكارى من كثرة الهم وقبل من حب الدنيا " وقال وهب : " المراد به ظاهره ففيه تنبيه على سكر الدنيا إذ بين فيه العلة فقال : " حتى تعلموا ما تقولون " وكم من مصل لم يشرب خمرا وهو لا يعلم ما يقول في صلاته".^(١)

ومن هنا نرى أن أى عمل آخر يؤدي إلى غفلة العقل يتعارض مع إقامة الصلاة . وامتلاء المعدة بالطعام يجعل الدم يهرب من الرأس ويذهب إلى المعدة ويساعدها في عملية هضم هذه الوجبة الثقيلة وبالتالي لا يكون العقل يقظا وإنما يميل إلى النوم والكسل والخمول وهذا ما نلاحظه بصورة أوضح بعد تناول طعام الإفطار بعد يوم من الصيام ، وتكون الوجبة في الإفطار كبيرة فيشعر الإنسان بعدها بالنوم . إذ يكون مليء المعدة بالطعام في الوجبة الواحدة يتعارض مع الصلاة الصحيحة .

ويقول الرسول (ﷺ) ما ملأ ابن آدم وعاء شراً من بطنه " ويقول أيضاً " نحن قوم لا نأكل حتى نجوع وإذا أكلنا لا نشبع . ولذلك يأمرنا الله سبحانه وتعالى في محكم كتابه بعدم الإسراف في المأكول والمشرب فيقول سبحانه (يَبْنِيْ ءَادَمَ خُذُوْا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ)^(٢) فالإسراف فساد ، والإسراف في المأكول والمشرب فساد للبطن والعقول .

وطالما أن المسلم من الأفضل له ألا يملأ معدته بالطعام ، بل يجب أن تكون وجبته معتدلة من ناحية الكمية . فذلك يوجب على المسلم أن

(١) كتاب أسرار الصلاة .
(٢) الأعراف ٣١ .

تشتمل وجبته هذه على العناصر الأساسية التي يحتاج إليها جسمه بقدر استطاعته ، فليست المسألة هي الكم وإنما كيف .

ويقول الرسول ﷺ " وإن لبذنك عليك حقاً " فمن حق بدنك أن تختار له الغذاء الذي يشمل العناصر الأساسية المحتاج إليها .

والصلاة تحدد للمصلي بهذه الطريقة كم الطعام ، لأنها تتطلب ألا يكون العقل خاملاً بسبب وجبة ثقيلة من الطعام ، وكذلك فإن الصلاة تحدد النوع للطعام لأنه ليس من المنطق أن يأكل الإنسان كمية قليلة من الطعام وهي نفس الوقت لا تفيد الجسم وكذلك فإن الصلاة تضبط نظام حياة المسلم ، فهي في الوقت نفسه تجعله يتناول وجباته الغذائية في أوقات ثابتة ، لأن نظام حياته مضبوط بدقات " آذان المساجد " حتى عملية إخراج الفضلات فإن الصلاة كمنظم لحياة الإنسان تعمل على أن تضبط توقيتها وهذا شيء صحي لعمل الجهاز الهضمي والقضاء على الإمساك .

ويقول الدكتور/ رفعت كمال (في مجلة آخر ساعة) " فالنظام الطبيعي هو تناول الطعام بكميات معتدلة في الإفطار والغذاء والعشاء ثم تناول بعض المواد الغذائية البسيطة مثل البسكويت مع فنجان الشاي بين الوجبات فهذا يؤدي إلى هضم منظم وامتصاص منظم بينما الأكل مرة واحدة وبكمية ضخمة من الأطعمة يؤدي إلى سوء الهضم وسوء الامتصاص . وذلك يكون الأكل عرضة للتخمر بالأمعاء مما يؤدي إلى الشعور بالكسل والخمول والميل إلى النوم " ويضيف " وإذا يمكننا أن نقول الآن إن تنظيم الطعام توقيتنا وكما نوعا هو الأساس في تنظيم الجهاز الهضمي وعدم الشكوى منه ، وكلمة المصران الغليظ هو مرض المصريين والعرب هذا ليس صحيحاً بل إن ذلك ناتج من سوء استعمالهم لجهازهم

الهضمى ، كالسيارة مثلا يوجد من يحسن استعمالها كما يوجد من يسىء استعمالها . فالجهاز الهضمى إذا اضطرب فهو ناتج عنا ويجب أن نعالجه بحكمة وأن نعدل نظام طعامنا حتى لا يضطرب مرة أخرى وبهذا يمكن القضاء على أمراض الجهاز الهضمى " .

ولو نظرنا إلى سنة الرسول الكريم لوجدنا أن تنظيم الطعام كما ونوعا وتوقيتا ، هو حجر الزاوية فى الهدى النبوى لمسألة الطعام :
أ. فمن ناحية الكمية نجد هذه الأحاديث :

" بحسب ابن آدم لقيمات يقمن بها صلبه ، فإن كان لابد فاعلا فثلاث لطعامه وثلاث لشرابه وثلاث لنفسه " (قم عن الطعام وأنت تشهيه)
وهذه المعانى تتفق تماما مع الأمر الإلهى : ﴿ يَبْنِيْٓ ءَادَمَ خُذُوْا زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۚ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ﴾ (١)

ب. من ناحية النوع :

" كان الرسول (ﷺ) يهتم بأنواع الأكل ذات العناصر الغذائية القيمة ، ولقد عرفنا اليوم أن هذه المواد تحتوى على بروتينات ودهنيات وسكريات ومعادن وفيتامينات ونشويات . نجد هذا واضحا فى أحاديثه (ﷺ) فيقول عن اللحم : الذى يحتوى على نسبة عالية من البروتينات هو سيد طعام أهل الدنيا والآخرة . (ابن ماجه) .
وكان (ﷺ) يقول عن اللبن- الذى يحتوى على معظم العناصر الغذائية " فإنه ليس شىء يجزى من الطعام والشراب إلا اللبن " .

(١) الأعراف.

ويقول الدكتور نجيب الكيلاني - في مجلة المسلم المعاصر العدد ٢٣ سنة ١٩٨٠ - " هذا وقد ورد في القرآن أسماء أطعمة كثيرة كالعسل واللبن والتفاح والرمان والسبك واللحم والتين والزيتون والرطب والفاكهة عموماً".

وغير ذلك كثير أيضاً وزد ذكر بعضها في الأحاديث النبوية ، بمناسبةاتها وأحياناً بفائدتها وهذا إن دل على شيء فإتباعاً يدل على اهتمام الطب النبوي بالأسس الصحية للغذاء ، وأفضل الوسائل لإعداده ، بل إن الرسول (ﷺ) رسم لنا طريقة الأكل ، وطريقة الجلوس أمام الطعام ، وعدم النوم بعد الأكل مباشرة وعدم الشرب أثناء الأكل أو عقبه مباشرة ، لأن كثرة الماء تؤثر كما نعلم اليوم على عملية الهضم وتخفيف العصارة الهاضمة ، فيقل تركيزها ، ويضعف مفعولها وتتسبب في عسر الهضم ومتاعبه.

جـ - من ناحية التوقيت :

فإن أعظم تنظيم في حياة الإنسان ينبع من الصلاة . ويقول الدكتور الفنجري " نجد أن مواعيد الصلاة وتوقيتها الدقيق يهدف بجانب العبادة إلى تنظيم حياة الإنسان في عمله ونومه وطعامه ، فصلاة الفجر تلزمنا بالاستيقاظ المبكر والنوم المبكر" . وهذا أيضاً يلزمنا بتناول وجبه الفطور مبكراً والتبكير أيضاً بالعشاء .

والنوم بعد الأكل مباشرة يسبب عسر الهضم ، وكثرة الغازات ، ويربى التخمة والكرش والإمساك وهذه الأغراض قد تؤدي بدورها إلى سوء رائحة الفم والنفس . ولذلك فقد جاء الإسلام بتشريعات مذهلة تضطر

المسلم ألا ينام قبل انقضاء ساعة على الأقل بعد طعامه ، بحيث تكون عملية الهضم قد انتهت " .

وفى الحديث " أذنبوا طعامكم بالذكر والصلاة ، ولا تناموا عليه فتفسوا قلوبكم " .

والصلاة تقضى على ظهور ما يسمى "بالكرش" عن طريقتين :

أولاً : عدم تناول كمية كبيرة من الطعام فى الوجبة الواحدة حتى لا تتعود المعدة والأمعاء على التمدد من جراء ذلك .

ثانياً : أن الحركات الجسدية التى يقوم بها المصلى والتى تؤدى كما كان يفعل الرسول الكريم من قام وركوع وسجود تمنع الارتخاء العضلى فى عضلات البطن .

وقد قال إن هناك أناسا يصلون ومع ذلك يظهر لهم " الكرش " وللرد على ذلك نقول : إنهم لا يؤدون الصلاة الصحيحة فهم لا يحرصون على أن تظل عقولهم يقظة ونشطة بتناولهم كمية كبيرة من الطعام فى الوجبة الواحدة . وعندما يمارسون الصلاة لا يؤدونها كما كان يفعل الرسول الكريم فلا يحدث الشد العضلى الكافى لعضلات البطن عندهم خاصة فى الركوع والسجود . وفى الحديث " إياكم والبطننة فإنها مفسدة للدين مورثة للسقم ، مكسلة عن العبادة " وأيضاً فى الحديث " وأعوذ بأمتى من كبر البطن ومداومة النوم والكسل " .

ويقول " بنيامين فرانكلين " إن تسعة رجال فى كل عشرة يقتلون أنفسهم من غير عمد والحق ما قال فالذين عناهم فرانكلين يختصرون سنوات من حياتهم بتجاهلهم قواعد الصحة وقوانينها .

إنهم إما يكتنزون لحما وشحما بالإفراط فى الطعام وإهمال الرياضة، أو يوهنون حيوياتهم فى الإقلال من الطعام ، وهم على الحالتين يفسدون معداتهم ويعرقلون عملة الهضم فإذا أظهرت الطبيعة احتياجها على خرقهم قوايينها راحوا يعالجون ظواهر أمراضهم بالقهوة والمشروبات الروحية أو المكيفات من أى نوع كانت ، وتكون النتيجة إتھاكا محتما للبدن وأجهزته مما يختصر العمر ويختزل الحياة.(١)

□ الصلاة .. والرياضة .. المنتظمة :

إن أبلغ تأثير للصلاة نجده واضحا على الجسم فالآخرون يمكن أن يلاحظوا ، كما أن الإنسان نفسه يشعر به . وإذا قابل المرء إنسانا ولاحظ عليه بعض الصفات الجسدية يمكن أن يحكم عليه فيقول بأن هذا ضابط لأن روتين الحياة العسكرية أثر فى جسمه فجعله مشدود القامة ومصافحته قوية ، وغر ذلك من الصفات التى تطبعها الحياة العسكرية .

نفس الشيء يحدث عند الصلاة على نفس الهيئة التى كان الرسول الكريم يؤديها فإنها تطع الجسم بصفات معينة . هذه الصفات لا نجدها واضحة عند الذى لا يصلى أو عند الذى لا يصلى الصلاة الصحيحة التى أمرنا بها الرسول ﷺ فيقول " صلوا كما رأيتمونى أصلى " .(٢)

إن الذى يصلى الصلاة الصحيحة لابد أن يكون معتدل القامة ، مرن الحركة نشطا ولا يكون له " كرشا " يقسم جسمه إلى جزئين . فكما أن الكلية الحربية تخرج الطلبة ولهم صفات جسدية معينة ، فكذلك الصلاة الصحيحة تخرج مسلمين لهم صفات متميزة ، يلاحظها الآخرون عليهم

(١) اتح لنفسك فرصة .

(٢) البخارى .

ويقال إن عمر بن الخطاب رضى الله عنه وجد رجلا يصلى وهو منحني القامة فلا هو قائم ولا هو راکع فنهره عمر بن الخطاب وقال ما معناه لا تمت علينا ديننا ، أماتك الله . ورأى رجل يطأ رقبته مظهراً للخشوع فقال له : " أرفع رأسك فإن الخشوع فى القلوب وليس الخشوع فى الرقاب " .

الصلاة بها حركات جسدية منتظمة فى أوقات ثابتة ، ومستمرة فى اليوم الواحد وفى كل يوم ، فإذا كانت هذه الحركات الجسدية تفيد الجسم فإن هذه الفائدة تصبح متواصلة بحكم أن الصلاة دائمة . ويقول " كورتنى . د . فارمر " ليس المقصود من ممارسة التمرينات الرياضية تنمية العضلات إلى درجة التضخم بل كل ما نرغب هو ممارسة تمرينات تساعدك على الاحتفاظ بصحتك ، إذ أن أول هدف فى أهدافنا أن نؤمن أن نمو الجسم وتطوره . يجب أن يصبح عادة صحية أكثر منها واجبا ضروريا. (١)

وفى آخر الكتاب يضع " كورتنى . د . فارمر " بعض التمرينات الرياضية ويقول " لو أن الفرد قضى خمس دقائق فقط كل يوم فى المساء وفى الصباح فى أداء أحد هذه التمرينات فسوف يحس بنتيجة فعلية فى نهاية الأسبوع الأول " . (١)

ولو نظرنا إلى التمرينات التى ينصح بها هذا المؤلف نجدها تحرك لعضلات الجسم وهو نفس الدور الذى تقوم به الصلاة . ويقول الدكتور محمد زكى سويدان " إن ممارسة التمرينات الرياضية فى انتظام واستمرار ضرورة لاستمرار الرشاقة والمرونة وخفة الحركة واستمرار الشباب

(١) صحتك بين يديك .

والقوة " . وأفضل أنواع الرياضة هى السباحة والتجديف ولكن الصلاة تفوقها جميعا إذ أنها تؤدى فى أى مكان مناسب ولا تتطلب إمكانيات موانمة وتشمل حركات جميع مفاصل الجسم وبهذا يكتسب الجسم قوة ومرونة فى الحركة. (٢)

والحركات الجسدية التى تمارس فى الصلاة لا تؤدى مرة صباحا ومرة مساء فقط ، كما ينصح مؤلف كتاب " صحتك بين يديك " إنما تؤدى خمس مرات فى اليوم على الأقل . والدافع إليها ليس مجرد الحصول على الصحة، وإنما الدافع أكبر وهو رضا الله سبحانه وتعالى .

" كورتنى . د . فارمر " ، يوضح لقرائه وصفا للجلسة الصحيحة والوقفة الصحيحة . ولو نظرنا إلى الصلاة نجد أن هيئة الرسول (ﷺ) فى القيام والذى يجب أن يكون أسوة للمصلين ، كان يقف معتدلا مقيما صلبة مع الطمأنينة وفى الجلوس مجلس مستويا مقيما صلبة مع الطمأنينة. وهذا ما يطلبه " كورتنى . د . فارمر " كتمارين من تمارين الصحة : وإن تعود المصلين على الوقفة الصحيحة فى القيام والجلسة الصحيحة فى القعود أثناء قراءة التشهد يجعل ذلك من صفاتهم بحكم أن الصلاة لا تتوقف .

وأن الاعتدال فى القامة الذى تطبعه الصلاة الصحيحة فى جسم المصلى يؤثر فى التنفس فيقول " من المحال أن يكون التنفس صحيحا فى شخص قوامه غير معتدل . إذ أن الرأس تكون فى القوام الصحيح مرتفعة والكتفين إلى الخلف مما يساعد قدرته على ملء رئتيه بمقدار كاف من

(١) نفس المرجع السابق .
(٢) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .

الأوكسجين على العكس ممن لا يسمح قوامه إلا بالتنفس السطحي السريع".^(١)

ويلخص " كورتنى . د . فارمر " (حكمته بقوله) وإن الجسم السليم نتيجة طبيعية للمعيشة المنتظمة^(٢) . وهل هناك أعظم منظم للمعيشة من الصلاة التى تربط حياة الإنسان بنظام يومى ثابت من صباحه حتى مساءه من صلاة الصبح حتى صلاة العشاء .

والجسم البشرى مثل أى آلة ، إذا أدت عملها فى انتظام حافظت على سلامتها ولكن إذا استخدمت بطريقة مضطربة فوضوية استهلكت بسرعة . وإذا كانت الإحصائيات تخبرنا بأن الوظائف تؤثر فى حياة الناس فحياة الطبيب لأنها غير منتظمة نجد أن أعلى نسبة للإصابة بالأمراض الخطوة مثل مرض القلب يتعرض لها الأطباء ، عكس المدرسين ، لأن روتين الحياة الدراسية ينظم الآلة البشرية للمدرس .

كذلك بالنسبة لأئمة المساجد فلأن الصلاة تنظم حياتهم ، فباتهم بذلك يكونون أقل عرضه للإصابة بالأمراض الناتجة عن اضطراب المعيشة . ولو أخذت إحصائيات لنسبة الذين يصلون إلى سن الميعاش بالنسبة لعدد الذين يعملون فى كل وظيفة فمن الأرجح أن يحتل أئمة المساجد المركز الأول ، لأن الصلاة تنظم حياتهم .

وهناك قول (الذى أوتى الصحة يوتى الأمل والذى يوتى الأمل يوتى الشئ الكثير) . ويقول " جوردون بايرون " (إن الرياضة هى الزيت الذى يجعل حركة الجسم تدور فى مرونة وسهولة) .^(٣)

(١) صحتك بين يديك .
(٢) نفس المرجع السابق .
(٣) فتح لنفسك فرصة .

ويعتبر جوردون بايرون أن أهم قواعد الصحة هي الرياضة المنظمة ، وهذا ما تقوم به الصلاة . ويقول الدكتور محمد زكى سويدان " عن حركات الصلاة " إن هذه الحركات هي فى الواقع تمارينات رياضية رفيعة المستوى لا تدانيها ممارسة عملية أخرى) . ويضيف (وإذا استعرضنا الحركات فى كل ركعة نجد أنها تشمل انقباضات لجميع عضلات الجسم متضمنة حركات لجميع المفاصل) ثم يقول (وقد أصبح من الثابت المسلم به أن التمارينات الرياضية ينبغي ألا تقتصر على مجموعة معينة يقصد تصغير أو تضخيم جزء معين من العضلات بل ينبغي أن تتناول الرياضة جميع عضلات الجسم للحصول على تناسق عام من الجسم كله)^(١).

□ الصلاة والاسترخاء :

عمل العضلة هو انقباض واسترخاء ، وأثناء انقباض العضلة يؤدي الإنسان مجهودا عصبيا لأن الأعصاب المتصلة بهذه العضلة المنقبضة تكون متوترة أما الاسترخاء فهو تحرر من ذلك التوتر العصبى وكل عضلة متصلة بأعصاب تنقل إليها أمر الحركة الصادر إليها من المخ بالانقباض أو الاسترخاء . فإذا كانت العضلة منقبضة فإن ذلك يعنى أن هناك توترا فى الأعصاب كلها ، والعكس صحيح فإن استرخاء العضلة يعنى أن الأعصاب المتصلة ليست متوترة .

ومن محصلة مجموع توترات الأعصاب المتصلة بالعضلات المنقبضة فى الجسم يكون هناك التوتر العصبى ، وبالتالي فإن الإنسان الذى تعودت عضلات جسمه على الانقباض وهى لا تؤدي عملا تحتاج من

(١) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .

أجله أن تنقبض فإن أعصابه تأخذ صفة التوتر . ولذلك فالتوتر العصبى عادة والاسترخاء أيضاً عادة وهذا الأمر يلاحظ حتى لشخص ينام عدداً من الساعات كافياً لراحته ولكنه يستيقظ من النوم أكثر إرهاقاً . إن السبب فى ذلك هو أن عضلات جسمه كانت متوترة قبل أن ينام .

هناك صفة للعضلات " اسمها القصور الذاتى " أى أن العضلة إذا كانت بادئة عملية الانقباض فإنها تستمر فى هذا الانقباض حتى ولو لم تتدخل إرادة الشخص فى هذا الانقباض العضلى وهذا ما يحدث لاستمرار عملة انقباض العضلات والتوترات الخاصة بالأعصاب المتصلة بها أثناء فترة النوم . والعكس صحيح إذا بدأ الإنسان النوم وعضلاته مسترخية فإنها تستمر فى الاسترخاء أثناء فترة نومه فيستيقظ من نومه وهو مستريح تماماً ، ولذلك ينصح الأطباء الناس بأن يسترخوا قبل النوم .

ولشرح الاسترخاء وأهميته لصحة الإنسان ، ظهرت كثير من الكتب العلمية من أهمها كتاب " عش هادئ الأعصاب " الذى يوضح كيف تكتسب عادة الاسترخاء .

وهناك بديل لعملية التدريب على الاسترخاء ألا وهو الصلاة . وهذا الكلام يقوله عالم طب يزن كل كلمة من كلامه ، وستخلص هذه الحقيقة من بين خبرته الطويلة ، وتجاربه الكثيرة . ويقول الدكتور " توماس هايسلوب " : (إن من أهم مقومات النوم التى عرفت فى خلال سنين طويلة قضيتها فى الخبرة والتجارب هو الصلاة وأنا ألقى هذا القول بوصفى طبيباً فهى أهم أداة عرفت إلى الآن لبث الطمانينة فى النفوس وبث الهدوء فى

الأعصاب) ، ويعلق ديل كارنيجي على هذا الكلام بقوله " فإذا لم تكن متدينا فتعلم الاسترخاء بالوسائل الطبيعية".^(١)

□ الصلاة والرعاية الطبية :-

الصلاة وقاية لكثير من الأمراض التي يتعرض لها الجسم وهي أيضاً علاج لأمراض أخرى . وقد كتب في هذا الموضوع باستفاضة علمية أستاذ للأمراض الباطنية بكلية طب عين شمس هو الدكتور " محمد زكى سويدان " وهو يتناول الصلاة من الناحية الطبية ويخلص نتيجة ما توصل إليه من بحث في هذا الميدان بقوله " فاستوثقت أنها أهم سبل الوقاية من الأمراض المعدية والطفيلية كما أنها أرقى النظم للمحافظة على الصحة".^(٢)

□ الصلاة تقي من الأمراض :-

إن النظافة وهي الشرط الضروري للصلاة من اغتسال ووضوء واستتباء .

هي عامل حاسم في الوقاية من الأمراض المعدية فإن غسل اليدين والساعدين في الوضوء ينظفها من التلوث بالجراثيم ولذلك يقول الدكتور سويدان " إن غسل اليدين يقي المرء نفسه من أن يعدى نفسه عن طريق تناول الطعام بيديه كما يقي غيره " ويقول أيضاً ولكي يتم تنظيف الأيدي على الوجه الأكمل فإنه يجب قص الأظافر حتى لا تتراكم القاذورات تحتها

(١) دع القلق وأبدأ الحياة .
(٢) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .

ويتعذر التخلص منها ومما يكون عالقاً بها من جراثيم وعلى هذا فإن قص الأظافر شرط أساسى لصحة الوضوء .

عن عمر بن الخطاب رضى الله عنه أن رجلاً توضأ فترك موضع ظفر على قدمه فابصره النبي ﷺ وقال ارجع وأحسن وضوءك فرجع ثم صلى . (١)

وهنا نرى فى الحديث السابق كم كان الرسول ﷺ حريصاً على إتقان العمل والصبر على تفاصيله ، ذلك الصبر الذى يعتبره "هارولد فنك" سر التفوق . حتى موضع الظفر لا يهمله المصلى فى وضوئه . هذا هو تفوق الإتقان فى الأداء .

والصلاة مدرسة لتعلم الصبر على أداء العمل بتفاصيله . والله سبحانه وتعالى يقول فيها : ﴿ وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعِيقَةُ لِلتَّقْوَى ﴾ . (٢)

ومضمضة الوضوء هى غسيل الفم بالماء ، فإن الدفاء الموجود بالفم بالإضافة إلى الرطوبة الموجودة به مناخ مناسب لنمو الجراثيم خاصة جراثيم التسوس ، فالمضمضة تغير لهذا المناخ ، ولا يكتفى بالصلاة بالمضمضة فقط فإن الرسول (ﷺ) يقول لولا أن أشق على أمتى لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة . (٣)

المشقة هنا تأتى من الحد الأقصى وهو استخدام السواك لكل صلاة إذن هناك حد أدنى لابد من إتيانه وهو لا يقل عن مرة فى اليوم بأى حال من الأحوال .

(١) نفس المرجع السابق .

(٢) طه .

(٣) نبل الأوطار .

بل يجب على المسلم أن يستخدم السواك عندما يتغير طعم الفم خاصة عند القيام من النوم . أى مع صلاة الصبح .

وقبل النوم أى عند صلاة العشاء ويمكن أن يقوم مقام السواك الفرشاة ومعجون الأسنان ، فالهدف هو تنظيف الفم والأسنان ويقول الرسول (ﷺ) السواك مطهرة للفم ومرضاة للرب .^(١)

ويقول الدكتور " حسن رستم مدير بإدارة الثقافة الصحية " ولفظ السواك يقصد به عملية سواك الأسنان سواء بالسواك الخشبي المعروف أو بفرشاة ومعجون أسنان . وعملية السواك بالطريقة السليمة كفيلة بأن تزيل كل ما علق بالأسنان وما بينها من فضلات الطعام التى لو بقيت لتحالت وتعفنت وأضررت اللثة والأسنان وهذا يعرض الإنسان للكثير من المتاعب الآلام بداية من عجزه عن تناول الغذاء وما يعقب ذلك من سوء تغذية واضطراب فى الجهاز الهضمى علاوة على تأثير سموم بؤرة العفن للثة والأسنان المريضة على باقى أجزاء الجسم فتتج التهابات المفاصل وتصلبها والتهاب المرارة ، والتهاب الكلى المزمن مما قد ينتج عنه ارتفاع فى ضغط الدم .. وكلها أمراض خطيرة لها عواقب وخيمة على صحة الفرد. وإلا أنه يمكن الوقاية منها بالعناية بنظافة الفم والأسنان ".^(٢)

لأهمية تنظيف الأسنان والفم على صحة الإنسان ، ربط الرسول (ﷺ) تنظيف الأسنان بالصلاة فى حديثه " لولا أشق على أمتى .. " حتى يجعل من نظافة الفم والعناية بالأسنان جزءا من نظام حياة المسلم يؤديه دون أن يفكر فيه وكأنه يتنفس الهواء .

(١) ابن ماجه .

(٢) مقالة بعنوان النظافة تحت باب الدين والطب فى إحدى الجرائد المصرية .

ونلاحظ أيضاً روح التفوق فى إتقان العمل ، عندما ينبهنا الرسول (ﷺ) إلى التخليل فى التنظيف فيقول ، تخللوا فإنه نظافة والنظافة تدعوا إلى الإيمان والإيمان مع صاحبه فى الجنة " ويضيف الأستاذ / محمد الغزالي " وقد اقترنت نظافة الوضوء ونظافة الطعام فى هدى النبى ﷺ فعن أبى أيوب قال : خرج علينا رسول الله فقال " حبذا المتخللون من أمتى . قالوا وما المتخللون يا رسول الله قال : المتخللون فى الوضوء والمتخللون من الطعام . أما تخليل الوضوء فالمضمضة والاستنشاق وبين الأصابع . وأما تخليل الأسنان فمن الطعام " إنه ليس أشد على الملكين من أن يريا بين أسنان صاحبهما طعاما وهو قائم يصلى .^(١)

وهناك فى الأسواق يباع ما يسمى " بالخلعة " وهى أعواد رفيعة من الخشب للقيام بعملية تخليل الأسنان ، التى ينصح أطباء الأسنان القيام بها لتمام عملية التنظيف ، وخاصة قبل النوم .

هذا بالنسبة للفم ، أما بالنسبة للأنف فيقول الدكتور محمد زكى سويدان : " إن غسل الأنف يزيل إفرازات الأنف فى الأحوال المرضية التى تشاهد فى حالات الزكام والتهابات الأنف والجيوب الأنفية " .^(٢)

وبالنسبة للوجه " يقول الدكتور محمد سويدان " يشمل غسل الوجه إزالة الغبار وإفرازات الجلد والقاذورات والجراثيم العالقة وغسيل العينين وما يتعرضان له من الجراثيم المختلفة وخاصة التى تنتشر بالحشرات وأهمها التراكوما والرمد الصديدي والرمد الحبيبي .^(٣)

(١) أحمد .
(٢) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .
(٣) نفس المرجع السابق .

ثم يتعرض الدكتور "سويدان" لبقية الأجزاء التى يشملها الوضوء ويشرح أثر ذلك فى الوقاية من الأمراض التى يمكن أن تصيبها حتى ينتهى إلى القدمين فيقول " هذا آخر جزء فى الجسم يغسل فى الوضوء لأنه أكثر أجزاء الجسم تعرضا للتلوث . وتعدد مرات غسل القدمين يشمل حل الحذاء والجوارب مع إطالة لبسها تساعد على تكاثر الجراثيم إذا أنها تهين مكاتا دافنا رطبا ، لأنها تحفظ درجة حرارة الجسم وماء العرق بها".^(١)

□ الصلاة كعلاج :

والصلاة علاج طبيعى لبعض الأمراض التى تصيب الإنسان . ويقول الدكتور سويدان عن التمرينات التى تتضمنها الصلاة بجميع عضلات الجسم ومفاصلها ، ومن أعظم الفوائد لهذه التمرينات تقوية العمود الفقرى ومنع تيبسه وانحنائه ، ومداومة الصلاة تمنع هذه الظواهر التى تزداد فى الشيخوخة ومع تيبس العمود الفقرى تصعب حركة الجزع كما يودى إلى ضيق فتحات مخرج الأعصاب من النخاع الشوكى فينتج ضعف الأطراف وآلام بها خاصة عرق النساء ومع تقوية عضلات الظهر يقل أو ينعدم انزلاق الغضاريف فى الرقبة وأسفل الظهر والذى يحدث آلام بها شديدة فى الذراعين والساقين والمعروف بعرق النساء بل إن علاج هذه الآلام هى ممارسة التمرينات الرياضية بهدف تقوية عضلات الظهر وهى نفس حركات الركعات فى الصلاة .

(١) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .

والصلاة تزيد من مركز التحكم فى تنظيم الدورة الدموية فى الجسم، ذلك الجهاز الذى نلاحظ أثر ضعف قدرته أثناء الإصابة بأى نوع من الحمى مثل الأنفلونزا ، فيكثر الدوخان أو الوقوع ويشرح الدكتور سويدان بالتفصيل عمل ذلك الجهاز أثناء حركات الصلاة المختلفة فيقول " فعند الوقوف تنشط الانعكاسات العصبية التى تؤدى إلى ضيق الأوعية الدموية بأسفل الجسم وخاصة فى الساقين حتى يتوفر الدم فى أجزاء الجسم العليا . وعند السجود فإن ضغط الدم فى مركز التحكم بالمخ وفى المنظمات من الشريان الأورطى والصباتى يرتفع فتتشط الانعكاسات العصبية التى تؤدى إلى اتساع الأوعية الدموية لجميع أجزاء الجسم فينخفض ضغط الدم ، وعند الانحناء فإن هذه الانعكاسات فى حالة توازن ولهذا فإنها تكون مرحلة متوسطة بين نشاط الانعكاسات فى الوقوف والنشاط العكسى فى السجود ، من هذا يتضح أن السجود يؤدى إلى انخفاض ضغط الدم أثناء فترة السجود ، وكلما طال السجود كلما طال انخفاض ضغط الدم . وقد تكون الصلاة أهم عامل فى ندرة الإصابة بضغط الدم فى الركوع والسجود فى الخاشعين ، كما أنها علاج ناجح للمصابين به هذا علاوة على ازدياد كفاءة مركز التحكم والمنظمات فى تنظيم الدورة الدموية بالجسم فيقل استعداد الجسم للإصابة بالدوار^(١)، ومن ضمن ما يخبرنا به الدكتور سويدان عن وضع السجود أن القدماء فى الشرق الأقصى قد عرفوا أهمية هذا الوضع من الناحية الطبية فيما يسمى برياضة اليوجا .

(١) الصلاة صحة ووقاية وعلاج .

والتنفس الصحيح لا يحدث إلا لشخص معتدل القامة ، واعتدال القامة سمة مميزة للصلاة الصحيحة كما هو موضح فى الكلام السابق ويقول " كورتينى د. فارمر " التنفس الصحيح يشفى كثيرا من الأشخاص من ضيق الصدر ، والذين يعانون آلام الأعصاب يلاحظون تقدما ملموسا أيضا ^(١) وينكر لنا الدكتور سويدان أن التكبير والقراءة والتسبيح فى الصلاة تمرينات تنفس منتظمة .

ومن الأمراض الأخرى التى تعالجها الصلاة أو تساعد على عدم ظهورها أمراض مثل أمراض الجهاز الهضمى ، خاصة ما يسمى المصران الغليظ ، وسوء الهضم والإمساك هكذا نرى بوضوح كيف أن الصلاة تقوم برعاية المصلى طبيا عن طريق وقايتها من بعض الأمراض ، وعن طريق معالجة أو عدم ظهور أمراض أخرى .

إن الصلاة نمو فى النفس والعقل والجسم ومن محصلاتها تتكون حيوية الإنسان ، ونجد بوضوح أن الصلاة لها أثرها الواضح فى كل عنصر من عناصر تكوين الإنسان النفس ، والعقل ، والجسم . وبالتالي فالصلاة الصحيحة حيوية متدفقة لا ينضب معينها .

إنه من المرجح أن يكون المؤرخون قد اغفلوا عاملا هاما من عوامل انتصار المسلمين الأوائل وتكوين إمبراطوريتهم الواسعة فى هذه المدة القصيرة من الزمن .

ألا وهو الصلاة . التى كانت مصدرا هائلا من الحيوية فمن مدرسة المسجد خرجت الدفعة الإسلامية الأولى المدربة بالصلاة الصحيحة ومنها

(١) صحتك بين يديك .

كانوا يستمدون مصدر قوتهم وحيويتهم ، ولذلك حتى فى الحرب لم يكن مدد الحيوية المتدفق يتوقف وإنما كانت هناك صلاة الخوف .

فبقدر حرص المسلمين على أداء الصلاة الصحيحة ، بقدر حرصهم على مصدر قوتهم وسلامة إسلامهم ، ولذلك يصفها رسولنا الكريم بأنها عماد الدين ، وبدونها يفقد المسلم خاصية هامة من خواص إسلامه .

يمكن إيجاز ما تقدم فى النتائج الآتية :

- من أهم قواعد الصحة النظافة ، والغذاء المعتدل ، والرياضة المنتظمة ، والعناية الطبية .
- الصلاة مرتبطة بالنظافة تماما . وشرط ضرورى لإقامتها الطهارة ، كذلك لابد من الوضوء بالإضافة إلى الاستنجاء .
- الصلاة تؤثر فى كمية الطعام ونوعيته وتوقيت تناوله ، فكمية الطعام الكبيرة فى الوجبة الواحدة تجعل العقل خاملا مما يتعارض مع تعقل الصلاة . وإذا كان عليه أن يتناول كمية معتدلة فلا بد أن تكون من نوعية تفى باحتياجات الجسم بقدر الاستطاعة . والصلاة تنظم حياة الإنسان وبالتالي فهي تنظم له أوقات طعامه .
- إن تنظيم الطعام توقيتا وكما ونوعا هو الأساس فى تنظيم الجهاز الهضمى وعدم الشكوى منه كما يقول الدكتور رفعت كمال .

الصلاة تقضى على ظهور " الكرش " من طريقتين :

أولاً . عدم تعود المعدة والأمعاء على التمدد لتناول كمية كبيرة من الطعام فى الوجبة الواحدة .

ثانياً . الحركات الجسدية أثناء الصلاة الصحيحة تمنع الارتخاء العضلى للبطن .

- كما تطبع الكليات العسكرية طلابها بصفات بدنية معينة كذلك الصلاة الصحيحة تطبع المسلمين بسمات بدنية مميزة .
- الصلاة تفوق أفضل أنواع الرياضة ، والفائدة منها متواصلة بحكم أنها دائمة .
- يتحقق في الصلاة قول " كورتني د. فارمر " ليس المقصود من ممارسة التمرينات الرياضية تنمية العضلات إلى درجة التضخم بل كل ما نرغب فيه هو ممارسة التمرينات التي تساعد على الاحتفاظ بصحتك .
- الصلاة تنظم الآلة البشرية وهي كأي آلة إذا أدت عملها بانتظام حافظت على سلامتها .
- الصلاة تساعد على الاسترخاء . ويقول الدكتور هايسلوب " الصلاة هي أهم أداة عرفت إلى الآن لبث الطمأنينة في النفوس وبث الهدوء في الأعصاب " .
- الصلاة وقاية من بعض الأمراض ، فالنظافة التي تتطلبها الصلاة عامل حاسم في ذلك .
- الصلاة علاج لبعض الأمراض ومنها منع تلبس العمود الفقري وانحنائه وهي تنظم الدورة الدموية وتؤدي إلى انخفاض ضغط الدم . وقد تكون أهم عامل في عدم الإصابة به ، والصلاة تساعد على التنفس الصحيح .
- من المرجح أن يكون المؤرخون قد اغفلوا عاملاً هاماً في انتصار المسلمين الأوائل ألا وهو الصلاة وبقدر حرص المسلمين على أداء الصلاة الصحيحة بقدر حرصهم على مصدر عزتهم .

الباب الثالث

الصلاة والتركيز الذهني

- تركيز الذهن أثنى اقتراح.
- الصلاة ومشتتات الانتباه.
- الاهتمام في الصلاة والانتباه لها.
- الإمام الغزالي والتركيز الذهني في الصلاة.
- علاج مشتتات الانتباه عند الغزالي.
- التركيز الذهني والتدريب عليه.
- التركيز الذهني في كل خطوة من خطوات الصلاة (تكبيرة الإحرام، الفاتحة، القرآن في الصلاة، الركوع، السجود، التشهد).

الصلاة والتركيز الذهني

□ تركيز الذهن ائمن اقتراح :-

من منا لم يشعر أن صلاته ليست كاملة ، لأن فكره شت منه وهو يصلى ، وهرب فى موضوعات دنيوية أخرى لا علاقة لها بالصلاة ؟. ومن منا لم يتمنى أن يشغل عقله بالصلاة فقط أثناء إقامتها ، وانتابه الضيق لأن الخواطر الدنيوية ومشاكل الحياة تضيع منه معظم صلاته. إن لم تكن كلها؟.

إن تشتيت الانتباه فى الصلاة مرض يشتكى منه الجميع ، وليس تشتيت الانتباه مقصورا على الصلاة فقط ، وإن كانت هى أهم عمل. بل على معظم حياة الإنسان ويقول " ويليم مارستون " إن عصرنا هذا هو عصر تشتيت الذهن ، بما فيه من مقاطعة إمام من التليفون أو من الأصدقاء، أو الضجيج أو المخاوف أو هروبنا نحن من الواقع. ولا بد أن يتم عملنا تحت ظروف لا تساعد على التركيز ومع ذلك فإن نجاح الشخص فى عالمنا المتخصص يزداد اعتمادا على التركيز . فالتركيز ليس مهما للعمل فحسب ، بل ولزيادة الحياة الداخلية غنى وخصوبة".^(١)

وعند التحدث فى موضوع التركيز الذهني لابد من الاستعانة بعلم النفس الذى يدرس الانتباه ومشتتات الانتباه ، فالتركيز الذهني هو عادة يمكن اكتسابها كآية عادة أخرى . واكتساب عادة التركيز الذهني يعتبرها " أرنولد بنيت " ائمن اقتراح يعرض على الإنسان فى حياته ويشجع القارئ بقوله " هيا حاول سيطر على ذهنك وانظر كيف تعالج هذه

(١) المختار بوليه ١٩٦٥ .

العملية نصف الشرور في حياتك ولا سيما القلق هذا المرض التمس المخجل
الذى لا مناص منه ... القلق " (١)

ومن الذين ألقوا الضوء على موضوع التركيز الذهني وعلاقته
بالصلاة حجة الإسلام أبو حامد الغزالي وتعرض لهذا الموضوع باستفاضة
علمية في كتابه (أسرار الصلاة) وكأنه عالم من علماء النفس المعاصرين
ولا يختلف عما يقولون إلا في الألفاظ فقط ، لأن لكل عصر ألفاظه الشائعة
في الاستخدام .

ويميز " وليم مارستون " بين قوة تركيز الذهن كقوة يملكها كل
إنسان ، والسيطرة على هذه القول فيقول : " إن السيطرة على قوة التركيز
لا القوة نفسها هي التي تحتاج إلى مران .. والقوة موجودة بالفعل . كل ما
عليك أن تثيرها حتى تلبي نداءك . فإذا تعلمت كيف تجعل مكانتك كلها
تتركز في المشكلة التي أمامك دون أن تشتت فإنك ستجني ثمرتين ، فسوف
يزيد عدد الأعمال التي تستطيع إنجازها ، وفي الوقت نفسه ستزيد السعادة
التي تشعر بها وأنت تنجزها " (٢)

□ الصلاة ومشتتات الانتباه :

العقل مناط التكليف في الإسلام ، والإسلام يحرص عليه يقظا .
والمسلم لا يأخذ من صلاته إلا ما عقل منها ، فالصلاة أولى الأوقات بتركيز
الذهن وعندما بدأت آيات القرآن الكريم في تحريم الخمر ربطت ذلك
بالصلاة، إذا الصلاة وينص القرآن أهم فترة تحتاج إلى تركيز الذهن :

(١) المختار مايو ١٩٥٨ .
(٢) المختار يوليو ١٩٦٥ .

﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَرَى ﴾، حتى يكون العقل يقظا ، ولذلك كانت تكملة الآية الكريمة ﴿ حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ ﴾^(١).

إذا عندما نريد تركيز انتباهنا في الصلاة لابد من البعد قدر الإمكان - إن لم يكن تماما - عن المشتتات الخارجية عن الإنسان ، وإن ندرب أنفسنا على مكافحة المشتتات الداخلية النابعة من الفرد ذاته. ويقول الأستاذ / أحمد عزت راجح (أستاذ على النفس) " يرجع العجز في الانتباه إلى عدة عوامل بعضها يرجع إلى الفرد نفسه وهذه عوامل جسمية ونفسية، وبعضها إلى عوامل خارجية طبيعية واجتماعية^(٢).

والرسول الكريم علمنا كيف نقاوم مشتتات الانتباه الخارجية والداخلية ، حتى تصفو لنا لذة العبادة في الصلاة ، فالرسول (ﷺ) عندما حث المسلمين على استخدام السواك عند الصلاة في حديثه " لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك عند كل صلاة^(٣) " فضلا على ما في السواك من منفعة صحية للثة والأسنان.

إلا أنه يفيد في ناحية تركيز الذهن أيضا في ناحيتين:

أما ، فالسواك ينظف الفم من أى بقايا طعام ، حتى لا يكون المصلي منشغلا بتذوق ما يتبقى في فمه من طعام أثناء الصلاة والرسول - (ﷺ)

(١) النساء .
(٢) أصول علم النفس .
(٣) نيل الأوطار .

يقول : " ليس اشد على الملكين من أن يريا بين أسنان صاحبهما طعاما وهو قائم يصلى ".^(١)

أيضا تنظيف الأسنان خاصة عند كل صلاة يزل أو يضعف أية رائحة كريهة للفم يمكن أن تضايق ما يجاور المصلى من المصلين في صلاة الجماعة ، فتقل قدرتهم على تركيز أذهانهم في الصلاة .

وبهذا الحس العظيم يقول الرسول ﷺ للذين يتناولون أنواع الأكل التي لها رائحة نفاذة تؤثر على المصلين ألا يذهبوا إلى صلاة الجماعة بهذه الرائحة . وقد أسقط الإسلام سنة الجماعة في المسجد عن من أصيبوا بعلة تجعل روائح أفواههم وأجسادهم كريهة .

وعن جابر أن النبي (ﷺ) قالوا : " من أكل الثوم والبصل والكرات فلا يقربن سجدنا ، فإن الملائكة تنأى مما يتأذى منه بنو آدم ^(٢) . حتى الرائحة النفاذة ولو كانت طيبة كالتى تنبعث من النساء ، نهى عنها الرسول الكريم حتى لا تشتت انتباه المصلين .

عن زينب امرأة عبد الله قالت : قال لنا رسول الله (ﷺ) ، إذا شهدت إحداكن المسجد فلا تمس طيبا ^(٣) .

ومن نظام الصلاة في المسجد أن تكون الصفوف الأولى للرجال ، والأخيرة للنساء و صفوف الصبيان الذين لم يبلغوا الحلم في الوسط كعازل ، حتى تصفوا أذهان الرجال والنساء للعبادة . وفي الحديث عن أبى هريرة رضى الله عنه " خير صفوف الرجال أولها ، وشرها آخرها . وخير صفوف النساء آخرها ، وشرها أولها " .

(١) أحمد .

(٢) نيل الأوطار .

(٣) مسلم .

والصلاة لها آداب معينة تحفظ لعقل المصلي ذهنه من التشتيت البصرى . فإن المصلي يجب أن ينظر إلى موضع سجوده ، أى إلى نقطة ثابتة أثناء القيام . وأثناء ركوعه ينظر إلى ظاهر قدميه وإلى أرنبة أنفه ساجداً ، وإلى حجره جالسا ، وإلى المنكبين مسلما . أى تكون هناك نقطة ثابتة يضع فيها المصلي بصره حتى لا يثبت منه ، وبالمعنى الطبي يصبح المجال البصرى المصلى محدودا .

ويقول الرسول (ﷺ) : " لو يعلم المار بين يدي المصلى ماذا عليه لكان أن يقف أربعين خيرا له من أن يمر بين يديه " .^(١)

وفى الحديث السابق بينه الرسول (ﷺ) المسلمين ألا يقتحموا المجال البصرى للمصلى ، حتى لا يشتوا انتباهه . وفى الحديث ذكر الرسول كلمة (أربعين) وقيل فيها : يوما أو شهر أو سنة أو المقصود إشعار من ينتهك حرمة المجال البصرى للمصلى بفداحة ما قام به .

ومن يخرج عن دائرة المجال البصرى المحدد له فى الصلاة ويلتفت فإن الله سبحانه وتعالى لا ينظر إليه .

وعن أبى دائرة أن النبى (ﷺ) قال : " لا يزال الله مقبلا على العبد فى صلاته ما لم يلتفت ، فإذا صرف وجهه انصرف عنه " .^(٢)

ويحكى عن عمر رضى الله عنه أنه قال لبعض الناس الذين يقومون ببناء مسجد بأن لا يطلوه بالألوان أو النقوش حتى لا تشد تلك الألوان والنقوش المصلى وتضعف تركيز ذهنه .

(١) البخارى .

(٢) نيل الأوطار .

قال الإمام البخارى قال عمر (ؓ) " ابن للناس ما يمكنهم وإياك ان تحمر او تصفر فتفتن الناس "

ومن ضمن عناصر تشتيت الانتباه ارتفاع درجة الحرارة ، وعن انس قال : " كان النبى (ﷺ) اذا اشتد البرد بكر بالصلاة ، وإذا اشتد الحر ابرد بالصلاة " (١)

وشرح الدكتور محمد إسماعيل عبده معنى الحديث بقوله (إذا اشتد الحر استحب الإبراد . وهو تأخير الظهر وهو تأخير الظهر حتى يهدأ لفتح الشمس . ومثل الظهر ذلك فى الجمعة) .

وهنا الرسول (ﷺ) يتكيف مع عامل ارتفاع درجة الحرارة حتى لا تشتت انتباه المصلى .

وأىضا الضوضاء تؤثر على الانتباه وتشتته . ولذلك فمن الأفضل للمصلى أن يتخذ مكانا هادئا حتى يؤدي فيه عبادته . ويطلب منا الرسول (ﷺ) أن نتصدى لمن يحدث ضوضاء فى المسجد وما رواه الترمذى بسنده عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله (ﷺ) قال : إذا رأيتم من يبيع أو يبتاع فى المسجد فقولوا : لا أربح الله . تجارتك ، وإذا رأيتم من ينشد ضالة فى المسجد فقولوا لا ردها الله عليك .

وعن معاوية بن الحكم ان النبى (ﷺ) قال : إن هذه الصلاة لا يصلح فيها شيء من كلام الناس إنما التسبيح والتكبير وقراءة القرآن " (٢)

هكذا رأينا كيف عالج الإسلام المشتتات الخارجية والداخلية للانتباه من رائحة نفاذه ، ومن تشتيت بصرى " ومن تغير فى درجة الحرارة .

(١) البخارى

(٢) مسلم

ومن ضوضاء حتى يحصر ذهن المصلى فى دائرة الصلاة. لكن ليست العوامل الخارجية هى كل ما يشتت انتباه المصلى ويهتم لها الفكر الإسلامى ولكن هناك العوامل الداخلية أيضا ويقول عنها الأستاذ أحمد عزت راجح .

والتعيب والإرهاق الجسمى وعدم النوم والاستحمام بالقدر الكافى وعدم الانتظام فى تناول وجبات الطعام أو سوء التغذية أو الاضطراب فى الغدد الصماء هذه العوامل من شأنها أن تنقص حيوية الفرد وأن تضعف قدرته على المقاومة بما يشتت انتباهه " (١).

والصلاة كآثر من آثارها تحافظ على صحة الإنسان الجسمية ، فتقلل إصابته بالتعب والإرهاق وتجعله ينتظم فى غذائه فهى تنظم آلتة البشرية وتحفظ له حيويته (مشروح فى الجزء الخاص بالصلاة والجسم).

والفكر الإسلامى يعالج عوامل تشتت الانتباه الداخلى جسما ونفسيا ويقول الأستاذ محمد إسماعيل عبده: " من الدوافع النفسية ما هو أولى فطرى تتوقف على إشباعه حياة الإنسان وحفظ نوعه كالبحت عن الطعام وإفراز الفضلات ، والراحة والميل الجنسى ، يترتب على جوع هذه الدوافع توتر نفسى شديد يتعذر معه إقبال النفس على العبادة وغيرها من الأعمال التى تتطلب الصفاء وفراغ البال ، فمن حق الشارع أن يحكم بكراهة الصلاة فى الحالات تتأثر التى فيها هذه الدوافع من حضور طعام شهى ، أو مدافعة بول أو غائط ، أو مغالبة نعاس أو نوم (العبادات فى الإسلام).

(١) اصول علم النفس

١- عن عائشة قالت سمعت الرسول (ﷺ) قال: (لا صلاة بحضرة طعام ولا وهو يدافع الأخبثين)^(١).

٢- عن أبي هريرة رضى الله عنه أن النبى (ﷺ) قال: (إذا قام أحدكم من الليل فاستعجم القرآن على لسانه فلم يدر ما يقول فليضجع)^(٢).

وفى كتاب العبادات فى الإسلام يحدثنا الأستاذ محمد إسماعيل عبده عن أنواع أخرى من الدوافع التى تتحكم فى الإنسان فيقول :

(هناك نوع آخر من الدوافع ، وهو الدوافع الثانوية والاجتماعية كالميل إلى الإجماع والتمك ، والمقاتلة واللعب ، وهذا النوع من الدوافع يحتمل التأجيل دون أن يترتب على ذلك ضرر الجسم أو شغل شديد للنفس ، ولذلك ينبغى تقديم الصلاة) من قول أبى الدرداء : " من فقه الرجل إقباله على حاجته " حتى يقبل على صلاته وقلبه فارغ^(٣) . أبو الدرداء يعنى هنا الدوافع التى لا تحتمل التأجيل .

❑ الاهتمام فى الصلاة والانتباه لها :-

وهذه هى أهم نقطة فى التركيز الذهنى فى الصلاة لأنهما تتعلق بالناحية الداخلية التى تعتمد على اجتهاد الفرد وقوة إرادته ، فالظروف الخارجية التى تشتت الانتباه يبطل مفعولها بمجرد الابتعاد عنها وتحاشيها ، أما العوامل النفسية داخل الفرد نفسه فهى التى تحتاج إلى إرادة إنسانية .

وقد يجتهد المصلى ضد كل مشتتات الانتباه التى تعترض الذكر والقرآن ، ويعمل فكرة فى معانى الصلاة بجدية ثم يجد أشياء كثيرة تحاول

(١) نيل الأوطار .
(٢) الدين الخالص .
(٣) نيل الأوطار .

أن تقتحم عليه فكره ، كتعدد الأفكار والأصوات والانطباعات الداخلية، وبهذا ترد عليه الخواطر أشتاتاً من شئون الحياة .

إن تلك الوسوس والأفكار التى تقتحم على الإنسان ذهنه أثناء الصلاة مرجعها شدة التعلق بالدنيا وهذا يؤدي إلى الاهتمام الشديد بها، والذي يجذب انتباه المصلى من صلاته إلى خواطر دنياه .

فلا بد أولاً أن يتعلم المصلى كيف يلقى بكل اهتمامه فى الصلاة . ومسألة الاهتمام هذه أشبه بعمل فى اتجاهين ، فالتركيز الذهني يتبع الاهتمام، ولكن أيضاً الاهتمام يتبع التركيز الذهني . فإذا أراد المصلى أن يركز ذهنه فى الصلاة فلا بد أن يكون مهتماً بلقاء ربه ولذلك ينصحنا الرسول (ﷺ) أن نصلى صلاة مودع وإذا أراد المصلى أن يجعل ذهنه مركزاً فى أعمال الصلاة فإن ذلك سيزيد من اهتمامه بالصلاة .

ويقول وليم مارستون (ولا شك فى أن سر هذه القدرة فى السمو فوق الأشياء التى تشتت الانتباه فى الحياة يكمن فى الاهتمام الشديد بالعمل الذى تقوم به . وأن مثل هذا الاهتمام يخلق انتباهاً ، كما تحمل الشجرة ثمارها ، وتجدد نفسك تركيز اهتمامك دون أى مجهود . ولكن مسألة الاهتمام هذه أشبه بعمل فى اتجاهين ، فالتركيز يتبع الاهتمام ، ولكن الاهتمام يتبع أيضاً التركيز وعندما سأل " جوته " كيف أنجز كل أعماله العظيمة أجاب برزانة تامة كنت أنفخ فى يدي فقط)^(١).

ولا يحاول المصلى أن يشغل عقله فى استبعاد الوسوس والأفكار التى لا صلة لها بالصلاة ، وإنما يمضى قدماً فى تركيز ذهنه على الصلاة

(١) مجلة المختار (يوليو ١٩٦٥)

ومعانيها ، وبالتالي لن تجد الأفكار الطارئة على ذهنه أى فرصة لها ،
وتبعد عن مجال تفكيره .

وأثناء أداء الصلاة سيجد المصلى أن ذهنه مشغول بطبيعة الحال
بعشرات من الأشياء التى يجب عملها ، أى تلك الحاجات الدنيوية الملحة .
إن تلك الحاجات يجب أن تنتظر حتى ينتهى المصلى من صلاته ، ثم يفرغ
لها ويوجه انتباهه إليها بكامله ، فالعمل الواحد فى المرة الواحدة ، هذا ما
يجب أن يتعلمه كل إنسان . إن العقل لا يقدر ولا يستطيع إلا أن يؤدى عملا
واحدا فى كل مرة وبدون هذا تختلط الأفكار أو الأعمال ببعضها ولا ينتج
الإنسان شيئا .

فمثلا أثناء العمل لا يخطط الإنسان اهتمامه فى عمله بالاهتمام
باللعب أو المزاح لأن الناتج سيكون اضطراب فى كل من العمل واللعب
والمزاح . وعند أداء الصلاة يجب أن ينشغل بها المصلى فقط ولا يشرك
معه أى تفكير فى عمل آخر مهما كانت أهميته . فإن الصلاة هى الأهم .

ويقول (ولیم مارستون) : وعندما نقوم بعمل معين ستجد ذهنك
بطبيعة الحال مشغولا بعشرات الأشياء التى يجب عملها .. أشياء لا يمكنها
الانتظار كما تقول .. فهل صحيح أنها لا تستطيع الانتظار ؟ .. إنها تستطيع
ذلك بطبيعة الحال ، بل أنها يجب أن تنتظر . إن القلق يسير معنا كأنه شبح
لا يظهر إلا أمام أعيننا وذهننا يحرق فيه فى يأس بدلا من تركيزه على
العمل الذى يجب أن نقوم به ولكن مهما كانت الصورة المعينة التى يتخذها
القلق فعليك أن تقول لعقلك الباطن : اجل هذا شىء مهم ، ولكنه يجب أن

ينتظر حتى ينتهى إنجاز هذا الشيء الآخر ، وبعد ذلك أوجه لها انتباهى كله (١).

وإننا نجد من الناحية العملية أن القوانين الطبيعية التى هى سنة الله تكره الفراغ ، فإذا ثقب أى مصباح كهرباء أسرع الهواء ليشغل الحيز الفارغ . وإذا وضعنا فى هذا المصباح ماء نجده يطرد الهواء ليحل محله . وهكذا عقولنا إذا لم نملأها بالأفكار التى نريدها ، الأفكار الإيجابية للعمل الذى نقوم به أسرعت الوسوس والأفكار الأخرى السلبية لئلا عقولنا . فائثناء أداء الصلاة عندما يعيش المصلى الصلاة بأعمالها ومعانيها لن تجد الأفكار الطارئة والوسوس المتحفزة فرصة لأن تملأ حيز فكر المصلى لأنه ممتلئ فعلا بأفكار الصلاة .

ويقول لنا أبو حامد الغزالي فى هذا المعنى " وعلى الجملة : فهذه الدنيا وهمة الآخرة فى القلب مثل الماء الذى يصب فى قدح مملوء بخل ، فيقدر ما يدخل فيه من الماء يخرج منه من الخل لا محالة ولا يجتمعان " (٢).

وإذا أراد المصلى أن ينمى قدرته على التركيز الذهنى فى الصلاة فلا بد أن يلقي بكيانه كله فيها . وسرعان ما تستولى الصلاة على اهتمامه . ويقول " وليم جيمس " فى هذا المعنى وهو "أبو علم النفس الحديث " أن أهم شيء هو خوض العمل . " إنك تستطيع أن تحتفظ باهتمامك إذا جعلت جسمك وعقلك يعملان معا فى عمل واحد " (٣).

(١) مجلة المختار (يوليو ١٩٦٥) .

(٢) أسرار الصلاة .

(٣) مجلة المختار (يوليو ١٩٦٥) .

وهذه الحقيقة النفسية موجودة فى الصلاة الإسلامية فهى ليست مقصورة على تدبر المعانى المقدسة بالعقل فقط وإنما بالجسم أيضاً الذى يشترك مع العقل فى التعبير عن الخشوع فى القيام والركوع والسجود والجلوس والتشهد .

وفى الحديث " لا ينظر الله إلى صلاة لا يحضر قلب الرجل فيها مع بدنه " (الديلمى) . وعندما رأى رسول الله (ﷺ) رجلاً يعبت بلحيته فى الصلاة فقال : لو خشع قلب هذا الرجل لخشعت جوارحه . (الترمذى) .

□ الإمام الغزالي والتركيز الذهني فى الصلاة:-

إن الإمام الغزالي فى كتابه (أسرار الصلاة) تكلم عن التركيز الذهني لمعاني الصلاة ، وسماها حضور القلب . خلص الإمام الغزالي إلى أن " حضور القلب هو روح الصلاة وأن أقل ما يتبقى به رمق الروح الحضور عند التكبير فالنقصان منه هلاك ، وبقدر الزيادة عليه تنبسط الروح فى أجزاء الصلاة وكم من حى لا حراك فيه قريب من ميت ! فصلاة الغافل فى جميعها إلا عند التكبير كمثل حى لا حراك به ، نسال الله العون " (١) .

إن الإمام الغزالي هنا يقرر حقيقة نفسية ، وهى أن الانتباه العقلى لا يثبت على شىء واحد إلا للحظة وجيزة من الزمن ثم ينصرف عنه . ولكن يمكن للشخص أن يحصر انتباهه إذا ركز ذهنه فى شىء يثير اهتمامه . ففى إمكان كل إنسان أن ينتبه أثناء لحظة التكبير ، لأنها لحظة من الوقت فقط ينتبه فيها إلى الموقف العظيم الذى يقف بين يدي الله .

(١) أسرار الصلاة .

وإذا لم تكن لحظة التكبير تثير اهتمام المصلى فإنها تمر دون أن ينتبه إليها ، وفى هذه الحالة تصبح الصلاة لا روح فيها ، ولا أمل منها . وعلى المصلى بعد لحظة التنبيه التى هى لحظة التكبير عليه أن يحصر انتباهه فى الصلاة فيكون ذهنه كله مركزا فى معانيها ، وبقدر نجاحه فى ذلك تكون الفائدة من الصلاة . ويقول الإمام الغزالي فى إجماع الفقهاء على صحة الصلاة " فإنهم لم يشترطوا إلا حضور القلب عند التكبير " .

والمصلى يحصر انتباهه فى الصلاة ، أى يركز ذهنه فى معانيها إذا كانت الصلاة تثير اهتمامه ويقول الأستاذ " أحمد عزت راجح " : (لا يثبت الانتباه على شيء واحد إلا لحظة وجيزة من الزمن وما عليك إلا أن تلاحظ عيني شخص يستطلع منظرا طبيعيا أو لوحة فنية ، لنرى أنهما تنتقلان من نقطة إلى أخرى كل ثانية أو ثانيتين وحتى إذا كانت العينان مثبتتين على موضوع خارجي خاص لم يلبث الانتباه أن ينتقل منه إلى فكرة أو خاطر فى ذهن الفرد) .^(١)

وإذا كان الموضوع الذى ينتبه إليه الإنسان يثير اهتمامه ، يقول الأستاذ " راجح " فى ذلك (فى هذه الأحوال يتسنى للمرء حصر انتباهه لمدة طويلة إذ ينتقل بانتباهه من جانب إلى آخر من جوانب الموضوع أو بتقلب الموضوع على وجوهه الكثيرة فالمختص فى موضوع يستطيع أن يحصر انتباهه فيه مدة طويلة فكان الانتباه المستمر لموصول ليس انتباها جامدا لا حراك فيه ، بل انتباها متحركا يتغير بسرعة ولكن فى دائرة اهتمام واحدة ، لا يحيد عنها ولا يستسلم للمشتتات) .^(٢)

(١) أصول علم النفس .
(٢) نفس المرجع السابق .

الإمام الغزالي يوضح لنا أن إرادة الإنسان لازمة لعملية التركيز الذهني بقوله " إن حضور القلب سبب الهمة "(١) . فلا بد أن يعمل المصلي على إجبار عقله على أن يسير في خط الصلاة ، ويصر على أن يعيده إلى طريق العبادة كلما جنح بعداً وديان الدنيا .

وقوة الإرادة أمر طبيعي عند كل إنسان ، المهم هو استخدامها . فإذا استخدمها المصلي في العبادة ركز ذهنه في معانيها . وإذا لم يكن ذهنه مركزاً في أعمال الصلاة فإنه لا يعنى أن ذلك الذهن خاوم من الأفكار ، أو متعطّل لا يعمل وإنما يعنى أنه منصرف إلى أمر آخر من أمور الدنيا .

فأذهاننا تعمل سواء أردنا أو رفضنا ، لذا علينا أن نجعلها تعمل حسب إرادتنا ويعيننا على ذلك إظهار قوة الدافع الذي من أجله نصلي ، وهو أن الآخرة خير وأبقى ، وإن طريقنا إليها هو الصلاة . فيقول الإمام الغزالي في هذه المعاني " فإن قلبك تابع لهمتك فلا يحضر إلا فيما يهتك ، ومهما أهتك أمر حضر القلب فيه شاء أم أبى ، فهو مجبول على ذلك ، مسخر فيه ، والقلب إذا لم يحضر في الصلاة لم يكن متعطّلاً بل جائلاً فيما الهمة مصروفة إليه من أمور الدنيا ، فلا حيلة ولا علاج لإحضار القلب إلا بصرف الهمة إلى الصلاة ، والهمة لا تنصرف إليه ما لم يتبين أن الغرض المطلوب منوط بها ، وذلك هو الإيمان والتصديق بأن الآخرة خير وأبقى وأن الصلاة وسيلة إليها. "(٢)

فإذا أضيف هذا إلى حقيقة العلم بحقارة الدنيا ومهماتنا ، حصل من مجموعها حضور القلب في الصلاة وبمثل هذه العلة يحضر قلبك إذا

(١) أسرار الصلاة .

(٢) نفس المرجع السابق .

حضرت بين يدي بعض الأكابر ممن لا يقدر على مضرتك ومنفعتك ، فإذا كان لا يحضر عند المناجاة مع ملك الملوك ، الذي بيده الملك والملكوت ، والنفع والضرر ، فلا تظن أن له سببا سوى ضعف الإيمان" (١).

نرى أن الإمام الغزالي يتكلم في التركيز الذهني كعلماء النفس المعاصرين برغم أنه عاش في الفترة ٤٥٠ هـ - ٥٠٥ هـ . أي قبل أن يكون هناك شيء اسمه علم النفس . وصدق الله العظيم حين يقول: ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَيُعَلِّمُكُمُ اللَّهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾ (٢).

□ علاج مشتتات الانتباه عند الغزالي :

بعد أن ألقينا الضوء عن فكرة التركيز الذهني في الصلاة عند الغزالي نلقى الضوء على طريقته في علاج مشتتات الانتباه وهو يقسمها مثل علماء النفس المعاصرين إلى مشتتات خارجية عن الإنسان، ومشتتات داخلية تتبع من الإنسان ذاته .

يقترح الغزالي علاجاً للأسباب الخارجية والأسباب الداخلية التي تشتت انتباه المصلي وتبعده عن التركيز في معاني الصلاة . ويقول الإمام الغزالي في الأسباب الخارجية: "قطع هذه الأسباب بأن يغمض بصره ويصلي في بيت مظلم ولا يترك بين يديه ما يشغل حسه" (٣) . والإمام الغزالي هنا يرى علاج مشتتات الانتباه الخارجية للمصلي، في الابتعاد عنها فيبتعد عن المكان الكثير الضوضاء، أو المكان الذي يجد فيه ما يشد بصره و يشغل عقله ، فيقترح عليه الإمام الغزالي أن يصلي في مكان

(١) أسرار الصلاة .

(٢) البقرة ٢٨٢ .

(٣) أسرار الصلاة .

مظلم. وباختصار فإن رأى الغزالي هو أن يبعد المصلى بقدر الإمكان عن كل ما يشتت انتباهه من عوامل تأتيه من خارج نفسه حتى يتفرغ للصلاة .

أما الأسباب الداخلية : أو ما يسميها الإمام الغزالي الأسباب الباطنية فعلاجها على حسب قوله " أن يرد النفس قهرا إلى فهم ما يقرأ في الصلاة ويشغلها به عن غيره ويعينه بذلك أن يستعد له قبل التحريم بأن يجدد على نفسه ذكر الآخرة وموقف المناجاة وخطر المقام بين يدي الله سبحانه وتعالى وهو المطلع ويفرغ قلبه قبل التحريم بالصلاة عما يهمله فلا يترك لنفسه شغلا يلتفت إليه خاطره " (١).

أي على المصلى إذا ان يسيطر على عقله ويجبره كالطاغية إلى فهم ما يقرؤه في الصلاة وهذه القوة في السيطرة على العقل موجودة فينا جميعا ، فكل إنسان عنده هذه القوة المباركة في السيطرة على ذهنه وإنما الفرق بين شخص وآخر هو في استخدام هذه القوة . فشخص قادر على تركيز ذهنه كالطبيب الماهر الذي يقوم بالعمليات الجراحية فإنه يكون مسيطرا تماما على ذهنه أثناء إجراء العملية . وكالشخص الذي ينادى عليه آخر أثناء قراءته لكتاب أو أدائه لأحد الأعمال ، فلا يسمع من ينادى عليه لأنه مشغول تماما . ويمكن أن نلاحظ أيضا أن قوة تركيز الذهن فطرية في الإنسان منذ طفولته ، والأطفال عندما ينشغلون في ألعابهم لا يهتمون مطلقا بما حولهم .

وهذه القدرة الإنسانية كأي قدرة أخرى للإنسان تنمو بالاستخدام ، وتضعف بالإهمال . وعندما تقرأ القرآن في الصلاة لا بد أن تنشغل لقراءته عن أي شيء آخر ، وسوف تجاهد نفسك في هذا مجاهدة كبيرة فسوف

(١) اسرار الصلاة .

يقفز ذهنك منك بعيدا بعد فترة وجيزة ، ليهتم بموضوع آخر فارجه مرة أخرى إلى معاني الصلاة وسوف يتكرر معك هذه الحالة أكثر من عشرين مرة في الصلاة الواحدة . فلا تيأس فهذا أمر طبيعي . فإذا جاهدت وصبرت سوف تصل إلى الدرجة التي تسيطر بها على عقلك أثناء الصلاة وفي أي وقت آخر غير الصلاة .

إن هذه المجاهدة هي تدريب على تركيز ذهنك يمكن أن يجعلك تؤدي الصلاة كاملة وتعيش الحياة كما ينبغي ، لأنك مسيطر على ذهنك العنصر الأول لوجودك في الحياة وقد وصف القصصى " ارنولد بنيت " التركيز (بأنه القوة على إملأ الذهن مهمته ، وضمان طاعته . وهذه القوة تأتي بالمران : والمران كما يقول المثل يحتاج إلى صبر إن الانتقال من التفكير المشتت إلى التركيز الواضح الدقيق ، هو نتيجة لجهد مستمر مثابر)^(١).

وأعظم ما في هذا التدريب أنه منتظم ومواظب عليه في أوقات معلومة ، خمس مرات يوميا تدرب فيها ذهنك على التركيز وتجاهد نفسك لتصل إلى الأفضل باستمرار ، حيث النمو في قدرتك على التركيز .

وعلى الإنسان وهو يجاهد على تركيز ذهنه أن يحظر الحماسة التي تجعله يشعر بأنه سيحرك الجبال ثم تنطفئ . فابدأ بهدوء وأقنع بالقليل في البداية ، وكلما حرصت على المجاهدة كان هناك نمو متواصل . فإن النجاح الصغير يؤدي إلى نجاح كبير في حين أن الفشل واليأس في البداية من جدوى التدريب على تركيز ذهنك لن يؤدي إلى شيء . فاحرص تماما على نجاح الخطوة الأولى لأنها أهم خطوة في أي عمل .

(١) المختار يوليو ١٩٦٥ .

ويقول الإمام الغزالي في هذا " فلا ينبغي أن تترك المجاهدة ورد القلب إلى الصلاة وتقليل الأسباب الشاغلة فهذا هو الدواء المر ، ولمرارته استبشعته الطباع ، وبقيت العلة مزمنة" . ويضيف الغزالي " وصار الداء عضالا ، حتى إن الأكابر اجتهدوا أن يصلوا ركعتين لا يحدثون أنفسهم فيها بأمور الدنيا فعجزوا عن ذلك ، فإن لا مطمع فيه لأمثالنا وإيته يسلم لنا من الصلاة شطرها أو ثلثها من الوسواس لنكون ممن خلط عملا صالحا وآخر سيئا " (١)

هكذا يقول الغزالي إن أئمة الإسلام لم يقدروا على تركيز أذهانهم تركيزاً مطلقاً في الصلاة وإنما المسألة نسبية ، فلا بد من المجاهدة التي هي تدريباً مستمر لنمو القدرة على التركيز في الصلاة ، لنصل إلى حصيلة من التركيز تبلغ ثلث الصلاة أو نصفها أو أكثر ، حتى يمكن لإيجابيتنا أن تغطي على سلبياتنا في الصلاة .

ويقول " أرنولد بينت " ومن الكسل أن تزعم أن ذهنك عاجز عن التركيز (ألا تذكر هذا الصباح الذي تلقيت فيه خطاباً مثيراً كما يتطلب رداً تختار كلماته بعناية تامة : لقد ظللت يوماً تركّز ذهنك على موضوع الرد ، حتى بلغت المكتب ، وهناك جلست على الفور وكتبت الرد) .

كانت تلك حالة إثارتك فيها الظروف إلى درجة من الحيوية جعلتك قادراً على السيطرة على ذهنك كالطاغية . لقد أصررت على أنه يجب أن يقوم بواجبه وقد قام بواجبه وبالتدريب المنتظم على التركيز تستطيع أن تسيطر على ذهنك كل ساعة في اليوم وفي أي مكان " (٢)

(١) أسرار الصلاة .
(٢) المختار مايو ١٩٥٨ .

ويرجع الغزالي عدم القدرة على الوصول إلى درجة كبيرة من التركيز الذهني في الصلاة إلى الاهتمام بأمور الدنيا فيقول " وهمة الرجل مع قرّة عينه ، فإن كانت قرّة عينه في الدنيا انصرف لا محال إليها همه" (١) . أي أن الاهتمام بالدنيا هو يولد الانتباه لها ، فإذا أهتم الرجل بأمور دنياه وضع انتباهه فيها وبعد عن الصلاة .

ولكن عدم قدرتنا على التركيز في الصلاة لا يمنعنا مطلقاً من التدريب على ذلك فيقول الغزالي: " ولكن مع هذا لا ينبغي ترك المجاهدة" (٢) .

إن الاستفادة التي ستعود على المصلي من تدريبه على تركيز ذهنه ، فتجعله مسيطراً على عقله ، فيكون بذلك استطاع أن يحقق العنصر الأول للوجود الكامل للمؤمن ، فيكون يقظاً ومنتبهاً وفي الحديث " المؤمن لا يلدغ من جحر مرتين " لأنه منتبه ويقظ . ويكون قادراً على استخدام قدرته العقلية بدون تشتيت انتباهه في كل ما يقوم به من أعمال ، ولذلك يصف الرسول (ﷺ) المؤمن بأنه " المؤمن كيس فطن " .

وإن التدريب على تركيز العقل في حد ذاته مجرد إجراء أولى كمعرفة حروف الهجاء للغة يتبعه الكتابة بهذه اللغة . ولذلك فإذا وصلت إلى مرحلة متقدمة من التركيز الذهني فستتمكن من أن تستخدم عقلك بكفاءة بالغة في أي عمل تقوم به ، بالإضافة إلى الصلاة التي هي أهم ما تقوم به ونقطة الابتداء لأي عمل . وعلى هذا فالتدريب الذهني أمر ضروري للإنسان وهو تامين ضد التشتت وضياح المجهود ويحسب الناس

(١) أسرار الصلاة .

(٢) نفس المرجع السابق .

الذين لم يمارسوا التركيز الذهني أنهم يفكرون ، والحقيقة أن ما يسمونه تفكيراً إنما هو ضرب " من الإحساس العقلي " كما يسميه: " جوردون بايرون " .

والقدرة على التدريب الذهني ، وصب الاهتمام في العمل الذي نؤديه من أهم مقومات النجاح . حقا إن التدريب على التركيز الذهني عملية شاقة ولكنه يستحق كل مجهود يبذل في سبيله . والمجهود الذي يبذل في التدريب على التركيز الذهني ستناب عليه من الله سبحانه وتعالى أولاً لأنك ستؤدي الصلاة وأنت تفقه ما تقول " وقال عبد الواحد ابن زيد : " أجمعت العلماء على أنه ليس للعبد من صلاته إلا ما عقل منها ، فجعله إجماعاً ^(١) . أو بقوله الغزالي " حضور القلب " مما يساعد على أداء الصلاة سليمة . وأيضاً سنجد المكافأة من نتيجة أي عمل نقوم به ، فيكون الإنجاز رائعاً .

ويقول " ا . ج جريس " أحد رجال الصناعة البارزين (ان صب الاهتمام في العمل أو المشكلة التي هي قيد البحث ثم نسيان الأمر بتاتا بمجرد حسمه والوصول إلى قرار فيه بحيث تستعيد قوة تركيز ذهنك كاملة غير منقوصة ، من أهم الأسباب المؤدية إلى النجاح في الحياة) . ^(٢)

□ التركيز الذهني والتدريب عليه :-

إن التدريب الذهني خلال الصلاة كاف للنمو بهذه القدرة ، ولكن إذا كان المرء يريد أن يزود دخله من رصيد هذه التدريبات، ويريد أن تنتقل ممارسته لتركيز ذهنه في الصلاة إلى شواغل الدنيا، فعليه بممارسة تدريب إضافي. والإنسان بهذا يحسم الوصول إلى قرارات في شواغل الدنيا ويألف

(١) أسرار الصلاة .
(٢) فتح لنفك فرصة .

التعامل معها فتبعد بعضها عن مجال تفكيره أثناء الصلاة وتضعف من أثر الأخرى. وهذا المبدأ الذى يقول " عمل واحد فى كل مرة " فشواغل الدنيا لها وقتها وشواغل الصلاة لها وقتها أيضاً ، فإذا أردت أيها المصلى أن تتوسع فى تدريبك ذهنى فيمكنك فى وقت معين كل يوم أن تمارس التدريب على التركيز ذهنى ، وهو بالقطع سيفيدك أيضاً أثناء صلاتك . لأنك كلما استفدت نمواً فى التركيز ذهنى اكتسبت قدرة ممتازة على ممارسة أعمالك كلها وأهمها الصلاة.

ولكن كيف يمكن للمصلى المواظبة على التدريب اليومى ؟ . أنه يواظب على الصلاة فى أوقات ثابتة من اليوم . إذن يمكنه أن يربط تدريبه على تركيز ذهنه بأحد أوقات الصلاة وليكن بعد الفجر مثلاً . " وهذا المعنى مشروح بالجزء الخاص " (بالصلاة والعادة) .

كل يوم بعد صلاة الفجر يركز الإنسان ذهنه فى موضوع دنيوى ويفضل الذى له تأثير ملح عليه فيكون الدافع إلى الاهتمام به كبيراً ، مما يجعله منتبهاً وهو يعمل فكره فيه ، ويكون من السهل عليه أن يصبر على هذا الموضوع الدنيوى وهو بهذا الأسلوب فى التدريب سيكتسب قدرة ممتازة فى مواجهة مشاكل الحياة ولا يجب التدريب على أمور مفتعلة ، فأفضل تدريب هو ما يتعامل مع الواقع. مع المشاكل الحقيقية التى نمر بها.

وليس معنى أن تركز ذهنك فى موضوع معين أن توجه ذهنك إلى فكرة ثابتة ، فتسلط فكرة ثابتة على ذهن مرض . إنما تركيز الذهن يعنى توجيهه إلى كل الزوايا والنواحي التى تحيط بموضوع معين ، أى تفاصيله،

وعليك أن تبذل مجهوداً لكي ترد ذهنك إلى الموضوع الذي بين يديك كلما مال إلى البعد عنه .

ويقول " جوردون بايرون " لكي تكتسب التفكير الواضح لابد لك من تقسيم تفكيرك وتدريبك . لنفرض مثلاً أننا نريد أن نركز أذهاننا في هذا الصندوق المائل أمامنا : أن علينا أن نقسم هذا الصندوق إلى مكوناته الرئيسية . ثم التي تليها ، على ألا نفرغ من واحدة حتى نستوفيها بحثاً ، وألا نترك واحدة بغير بحث .

مثال ذلك أننا نلاحظ أولاً ارتفاع الصندوق ، وطوله ، وعرضه . وبهذا نحيط علماً بسعته ثم نلاحظ بعد ذلك المادة المصنوع منها ، وسبكها ، ثم نستطرد إلى طريقة صنعه ، وهل جوانبه متداخلة بعضها في بعض أو لاصقة بعضها ببعض . وبهذا نحيط خبراً بمتانة الصندوق ونوعه ، وهل هو صندوق من الكرتون استخدم لغرض عابر أو هو صندوق خشبي جعل للشحن . أو هو صندوق فاخر يمكن أن يستخدم للزينة . ومن هنا نستطرد إلى نموذجة ، وهل يفتح من الجانب أو من أعلى ، وهل يدور غطاؤه على " مفصلات " أو أنه مثبت الغطاء بواسطة المسامير أو غيرها . وهكذا نستطيع أن تكون فكرة واضحة عن هذا الصندوق وعن الغاية التي يمكن أن نستخدمه فيها " (١) .

ويقول لنا " ديل كارنيجي " في فصل من كتابه يتحدث فيه عن استخلاص الحقائق وتحليلها واتخاذ قرار حاسم في هذه الأمور التي تتطلب التركيز الذهني فيورد لنا قول " رديارد كبلنج " إن لي سنة من الخدم

(١) فتح لنفسك فرصة .

المخلصين ، عنهم تعلمت كل ما أعلم علم اليقين أسماؤهم هي : ماذا ، ولماذا ، ومتى ، وكيف ، وأين ، ومن " (١).

والمراد بهذا إننا إذا ركزنا أذهاننا في موضوع معين إننا نبحثه من جوانبه المختلفة الإجابات عن أدوات الاستفهام السابقة لأي موضوع هي بحثه من مختلف نواحيه . ومعرفة تفاصيله ، وهذه هي عملية تركيز الذهن في استخلاص الحقائق المحيطة بأي موضوع.

□ التركيز الذهني في كل خطوة من خطوات الصلاة :-

كيف يمكننا أن نسيطر على الذهن أثناء التكبير ، وأثناء القيام ، وأثناء قراءة الفاتحة ، وأثناء قراءة سور القرآن الكريم ، وأثناء الركوع وأثناء السجود وأثناء قراءة التشهد .

□ تكبيرة الإحرام :

نقطة بداية الاتصال بالله ، والوقوف بين يديه في مجال السمو ، وهو غير مسموح للمصلي أن يخرج من الصلاة إلا بعد انتهاء الصلاة والتسليم إلا وإذا وجد عذرا قاهرا . إنه بعد تكبيرة الإحرام وهي لحظة التنبيه الأولى لبداية هذا العمل المقدس ، وهذه هي أهم لحظات الصلاة وبدونها لن يدخل المصلي إلى مجال الصلاة المقدس والرسول الكريم يقول " مفتاح الصلاة الطهور وتحريمها التكبير ، وتحليلها التسليم " (٢).

(١) دع القلق وأبدأ الحياة .
(٢) نيل الأوطار .

وإذا لم يكن المصلي منتبها للحظة التكبير فإنه لم يبدأ الصلاة حقاً ، وإنما بروتين العادة قام بأداء الحركة الأولى من الصلاة ، تماماً كالشخص صاحب الهزة العصبية كهز الرجلين فإنه يهز رجله دون أن يكون يقظاً لما يؤديه ، ولكن يمكن للمصلي أن يوجه انتباهه للحظة التكبير بسهولة ، أما كونه يحتفظ بانتباهه لمدة أطول من هذه اللحظة فإن هذا هو الذى يحتاج إلى مجاهدة .

والمجاهدة تمكن الذهن فى أن يستمر فى التركيز خلال الصلاة ، ويسمى الإمام الغزالي عملية المجاهدة هذه " إيمان الفكر " (١) . ولما كانت تكبيرة الإحرام فاصلاً بين الدنيا باهتماماتها وعالم الصلاة بشئونهم كان لابد من التهيئة للحظة التكبير حتى لا تمر تلقائياً دون أن ينتبه لها عقل المصلي . لأن المصلي لو دخل إلى الصلاة دون التنبيه للحظة التكبير فقدت الصلاة كل روحها . فأقل قدر من التنبيه فى الصلاة مسموح به هو لحظة التكبير ، وأولها تكبيرة الإحرام.

لذلك كان هناك تهيئة للصلاة ، والله سبحانه وتعالى الذى قال : ﴿ إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ ﴾ (٢) . جعل التمهيد حتى تتقبله طبيعة الإنسان . إن النهار لا يخرج فجأة على الإنسان فيفزع بالضوء الشديد ، ولا يأتيه ظلام الليل فجأة فيشل حركته ، إنما هناك التمهيد الذى يسير مع طبيعة الإنسان ، رويدا رويدا تطلع الشمس بالنور ، فيتنفس الصبح الحياة ، كذلك لا يأتى الليل بغتة وإنما يأتى تدريجياً حتى يتهيأ الإنسان لنقبل الظلام.

(١) أسرار الصلاة .
(٢) القمر ٤٩ .

هذه هى سنة الله . والله سبحانه وتعالى الذى خلق الليل والنهار وكل شىء ، هو الذى أمر بالصلاة وأمر بالتمهيد لها بالوضوء ، فالوضوء تهيأ لذهن الإنسان ليؤدى العمل المقدس وهو الصلاة . ولذلك كان الرسول (ﷺ) عندما يتوضأ يصمت ولا يتكلم . وهذا هو روح الوضوء ، خطوة أولى للصلاة وإعداد لها . حتى إنه إذا لم يكن هناك ماء للوضوء . لم يلغ الله الوضوء ، لكن أبدل الله جلت حكمته الوضوء بالتيمم فيكون التيمم هو عملية تهيأ ذهن البديلة عن الوضوء .

وفى المعانى التى تهيئ ذهن للصلاة ، قال الرسول (ﷺ) : " صل صلاة مودع " أى الصلاة التى ليس بعدها إلا لقاء الله . وبهذا عندما يبدأ المصلى صلاته لا تمر لحظة تكبيرة الإحرام وهو غافل عنها . والله سبحانه وتعالى يطلب منا أن نستعد ونتهيأ للصلاة فيقول : ﴿ يَبْنَىْ ءَادَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾ .^(١)

نقول فى تكبيرة الإحرام الله أكبر ، الله أكبر من كل شىء فى الدنيا ، الله أكبر تنبه يا عقل . ننطبق بها لحظة التنبيه الكبرى . فالله أكبر من أى مشتتات للذهن مهما كان نوعها . وهذه حقيقة كنور الشمس تجذب الذهن من قفاه إذا شرد مع أى موضوع آخر ، لعود ويكون حاضرا .

إن نداء الله أكبر ضبط لانتباه ذهن المصلى حتى يسير فى اتجاهه الصحيح . ولحظة التنبيه المقدس هذه يقول عنها الإمام الغزالي أنها إذا غابت عن الصلاة غاب عنها روحها ، فنداء الله أكبر روح تسرى فى عادة أداء الصلاة ، فتحولها من عادة إلى عبادة . ويقول الإمام الغزالي :

(١) النساء .

" إن حضور القلب هو روح الصلاة ، وإن قل ما يتبقى به رمق الروح الحضور عند التكبير ، والنقص منه هلاك " .^(١)

ويقول ابن القيم الجوزية " والتكبير يتضمن تفاصيل أفعال الصلاة وأقوالها وهيئاتها فالصلاة من أولها إلى آخرها تفصيل لمضمون الله أكبر " .^(٢)

□ الفاتحة :

وهي أم الكتاب ولا يصلح الصلاة إلا بها . والمصلى يتلوها سبع عشر مرة يوميا على الأقل ، لكن هل تكرر السورة القصيرة يجعلنا نألفها فلا تثير اهتمامنا معانيها فتفقد انتباهنا لها أثناء قراءتها ، فتصبح فترة قراءتها فترة نطق بالفاظها فقط ، والعقل مغلق عنها أو سارح في غيرها .

إن الفاتحة هي معنى القرآن الكريم كله مركزاً في سورة واحدة . وإنها تحوى الخطوط العريضة لما جاء في القرآن الكريم كله ، إنها باختصار بجمل القرآن موضوع في سبع آيات . ولذلك يقول لنا رسول الله (ﷺ) : لا صلاة لمن لم يقرأ بفاتحة الكتاب " .^(٣)

وقد اقتضت سنة الله سبحانه وتعالى في خلقه أن يبدأ كل شيء من المجمل ثم يسير إلى المفصل . فالنواة هي كل عناصر النبات مركزاً في حجم صغير ، إنها مجمل النبات الذى بالنمو يتحول إلى تفاصيله المتفرعة . وكذلك الجنين يحوى مجمل الكائن الحى إذا نما أعطى تفاصيله . وإن العقل

(١) أسرار الصلاة .
(٢) الصلاة وحكم تركها .
(٣) البخارى .

الإنسانى هو خلق من مخلوقات الله فى عملية تعلمه ومعرفته يستوعب المعانى التى تبدأ بالمجمل ثم يعرف التفاصيل بعد ذلك .

والعقل الإنسانى يتعامل مع المجمل ليهى نفسه لمعرفة ما بعد ذلك من تفاصيل فيعرف دائرة ما يريد معرفته فلا يتشتت فى مجال آخر . وهذا ما أكدته علم النفس الحديث فى موضوع التعلم .

والقرآن الكريم من مخلوقات الله سبحانه وتعالى جرت عليه سنته فكان مجمل القرآن الكريم هو الفاتحة . ولذلك سميت أم الكتاب ويقول الله سبحانه وتعالى فيها ﴿ وَلَقَدْ آتَيْنَاكَ سَبْعًا مِّنَ الْمَثَانِي وَالْقُرْآنَ الْعَظِيمَ ﴾^(١) والقرآن الكريم كله تفاصيل للمجمل أو الأصول التى وضعت فى الفاتحة والأصول كما ذكرها الإمام محمد عبده . التوحيد والوعد والوعيد والعبادة وسبل السعادة ، والقصص لما قبلنا . وهذا تلخيص لما قال به.^(٢)

التوحيد : فى قوله تعالى ﴿ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ والتوحيد أهم ما جاء لأجله الدين ولذلك لم يكتف فى الفاتحة بمجرد الإشارة إليه بل استكملة بقوله ﴿ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾ .

الوعد والوعيد : فإتينا نجد معنى الوعد ونراه فى ﴿ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ﴾ وقوله ﴿ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ﴾ يتضمن الوعد والوعيد . فمعنى الدين الجزاء وهو أن ثواب للمحسنين وعقاب للمسيئين .

العبادة : فى قوله ﴿ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾ .

(١) الحجر ٨٧ .

(٢) فاتحة الكتاب تفسير الشيخ محمد عبده .

سبل السعادة : فى قوله « اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ » .
التقصير : فى قوله « صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ » وفى قوله
تعالى : « غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ » وهذه القصص
تشمل ثلاثة أرباع القرآن الكريم تقريباً .

□ تكثف معانى الفاتحة :-

لما كانت عملية التركيز الذهني ليست عملية جامدة تقف عند فكرة
ثابتة ، بل هى حركة إلى الإمام ولكن فى خط واحد لا تتركه إلى غيره ،
لذلك عندما نقرأ الفاتحة وتتابع الآيات وعندما نتلوا من آيات الفاتحة ما
تعبّر عن أصل من أصول القرآن فإن العقل لا يجمد على معنى واحد لهذا
الأصل ، ولا يقف عند فكرة فريدة له .

وإنما على العقل أن يتحرك مع تداعى المعانى بقدر ما تسعفه
ذاكرته من معانى لهذا الأصل . فعندما نقرأ الآية التى تعبّر عن التوحيد
فعلى العقل أن يستدعى ما يستطيع من المعانى التى فى ذاكرته عن
التوحيد ، ولا يتوقع فى معنى واحد ، له . ولكن كيف نأتى بالمعانى المكثفة
بالتوحيد ؟ إن على المسلم أن يداوم على قراءة القرآن الكريم ولا يتخذ
مهجوراً ، خاصة فى الفجر والآية الكريمة تقول : « أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدُلُوكِ
الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ
مَشْهُودًا »^(١) . ويقول الإمام محمد عبده : " وجميع ما فى القرآن من
آيات التوحيد ومقارعة المشركين هو تفصيل لهذا الإجمال " .^(٢)

(١) الإسراء ٧٨ .
(٢) تفسير الفاتحة للإمام محمد عبده .

وإن قراءة القرآن بصفة مستمرة خاصة في الفجر ، بالإضافة إلى أنها ستصبح عادة متصلة تعطى المصلى يوميا وبانتظام جرعة من النبع المقدس ، مما يجعله يتعرف وباستمرار على تفاصيل القرآن الكريم ، وتصبح قراءته للقرآن جزءا من حياته ، ومعانيه جزء من تركيب ذاكرته . وهنا يمكنه أن يستدعي الأفكار والمعاني الموجودة في القرآن والتي تعبر عن التوحيد بقدر ما تسعفه ذاكرته ، وليس معنى هذا أن يقف المصلى عند مبدأ التوحيد ويحصر ذهنه فيه فقط فإن ذلك سيكون تكلفا وبعيدا عن باقى أصول الفاتحة وسوف تأخذ منه قراءة الفاتحة مدة طويلة . إنما عليه أن يستدعي أقرب معاني الآيات التي تعبر عن التوحيد ويتدبر معناها مثل الآيات التي تعرض التوحيد ، وصفات الواحد الأحد . وفي كل صلاة تأتي إلى ذهن المصلى آيات مختلفة ومعاني متجددة تعبر عن التوحيد .

وتتوارد الخواطر على عقل المصلى حسب ظروفه في كل صلاة ، ولكن يجب أن تكون في خط واحد لمعنى التوحيد . أما إذا دخل معنى آخر على خط التوحيد فيجب أن يعود المصلى مرة أخرى إلى التوحيد باستخدامه المجاهدة . وهذا يستدعي منه أن يصلى باطمئنان وليس كنقر الغراب كما نبهنا رسول الله (ﷺ) .

ويمكننا أن نضرب مثلا على ذلك بقطعة السكر وكوب الماء والمحلول السكرى لنفرض أن الفاتحة أم الكتاب هي مركز القرآن الكريم أى قطعة السكر ، وهي موزعة في القرآن الكريم وهو الشراب الحلو الذى يرتشفه الناس في كل زمان وكل مكان ، ولا يشبعون منه أبداً .

عندما نقرأ الفاتحة فإننا نتعامل مع الحلو المركز ، ولكن نتشربه عقولنا كان هناك الشراب الروحي والفكري وهو القرآن الكريم ، وهو

شراب لا ينضب أبدا ﴿ قُلْ لَوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِكَلِمَاتِ رَبِّي لَنَفِدَ
الْبَحْرُ قَبْلَ أَنْ تَنفَدَ كَلِمَاتُ رَبِّي وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهِ مَدَدًا ﴾ .
فكلما قرأنا آيات مركزة في الفاتحة ارتشفنا من معاني القرآن الكريم بقدر
ما تسعفا ذاكرتنا .

فمثلا عندما نلتوا ﴿ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴾ هذه
الآية نتحدث عن العبادة والعبادة تشمل الصلاة ، والزكاة ، والصيام ،
والحج والذكر والدعاء ، والجهاد ، والخشية ، والحب ، والتوبة ، . فعلى
عقل المصلى أن يرتشف من هذه المعاني ما يأتى إليه من تداعى للخواطر،
وترابطات للفكر المتصل بهذه المعاني .

وعندما يصل المصلى فى قراءة الفاتحة إلى قوله ﴿ مَلِكِ يَوْمِ
الدِّينِ ﴾ تجده يتضمن الوعد والوعيد . الوعد بخير الدنيا والآخرة
للمؤمنين بالله والمطيعين لأوامره سبحانه . وقد وعد المؤمنين
بالاستخلاف فى الأرض والعزة والسيادة أما الوعد بالعذاب فى الدنيا
والآخرة للذين يعصون ربهم . وكل هذه المعاني نجدتها بالتفصيل فى آيات
القرآن الكريم الذى يقول فيه الخالق ﴿ لَوْ أَنزَلْنَا هَذَا الْقُرْآنَ عَلَى
جَبَلٍ لَّرَأَيْنَاهُ خُسَيْعًا مُّتَصَدِّعًا مِّنْ خَشْيَةِ اللَّهِ وَتِلْكَ الْأَمْثَلُ
نَضْرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ .^(١)

وعلى هذا فإن خواطر المعاني القرآنية ترد على ذهن المصلى
أثناء تلاوته لها بقدر طاقته . وعندما نقرا دعاء ﴿ أَهْدِنَا الصِّرَاطَ
الْمُسْتَقِيمَ ﴾ . هذا هو طريق السعادة فى الدنيا والآخرة ، والقرآن فيه
الآيات الكثيرة التى تفيض بمعانى الطريق الذى يودى إلى السعادة ، فعقل

(١) الحشر ٢١ .

المصلى أثناء التلاوة تتوارد عليه القدر الذى يطيقه من هذه المعانى التى تشمل الأخلاقيات ، والآداب العامة والخاصة ، والفضائل التى تنهض بالفرد والمجتمع والعلاقة بين الأفراد والشرائع الاجتماعية، والتشريع المدنى المتعلق بمعاملات الناس والتشريع الجنائى المتعلق بالحدود والقصاص كالسرقة والقتل ، والتشريع الحربى وعهود الحرب والسلام وعلاقة الدولة الإسلامية بغيرها ، والتشريع السياسى المتعلق بنظام الحكم والسياسة العامة .

والجزء الأكبر فى القرآن الذى يشمل على أكثر من ثلاثة أرباع القرآن يتحدث عن قصص الذين قبلنا حتى نجد فيهم العبرة . تبين لنا القوانين التى جعلت أمة من الناس سعداء فى الدنيا والآخرة ، وأمة أخرى غير سعيدة فى الدنيا والآخرة ، وعلى قدر ما يأتى إلى الذهن من خواطر هذه القصص ومعانيها يكون الذهن مركزا .

وهكذا فإن الفاتحة أم الكتاب والتى تحوى أصوله ، هى كثافة فى المعنى أكبر من أى عقل أن يحده ولهذا فهى دائما متجددة المعنى على ذهن المصلى ، مهما كثرت صلواته ، فتثير اهتمامه دائما بمعانيها وبهذا لا تتحول الفاتحة إلى روتين الفاظ أبدا .

وإن المفسرين للقرآن الكريم عند ظهور الإسلام إلى الآن ، كل منهم يدلى بدلوه ، فلم يجف معناه حتى الآن ، ولم ينضب نبعه المقدس . وهذا دليل إعجازه ويقول الله سبحانه وتعالى : ﴿ وَلَوْ أَنَّمَا فِي الْأَرْضِ مِنْ شَجَرَةٍ أَقْلَمٌ وَالْبَحْرُ يَمُدُّهُ مِنْ بَعْدِهِ سَبْعَةُ أَنْحَارٍ مَا نَفَذْتُ كَلِمَتُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ .^(١)

(١) لقمان (٢٧) .

□ القرآن فى الصلاة :-

بعد أن يتلو المصلى مجمل القرآن وهى الفاتحة ويؤكد الكليات العامة للقرآن يبدأ فى قراءة ما تيسر من التفاصيل حتى ولو كان سورة قصيرة ، ففي الركعتين الأوليين فى كل صلاة لابد من قراءة القرآن مع الفاتحة (كسنة مؤكدة) ولكن كيف تلو القرآن ؟ يقول الإمام الغزالي فى ذلك . (وتلاوة القرآن حق تلاوته هو أن يشرك فيه اللسان والعقل والقلب ، فحظ اللسان تصحيح الحروف بالترتيل وحظ القلب الاتعاظ والتأثر بالإنزجار والإنتمار ، فاللسان يرتل والعقل يترجم والقلب يتعظ) .^(١)

ويستحسن للمصلى الذى يريد صلاة إيجابية أن يبدأ الخطوة الأولى بقراءة السور القصيرة ، ويتعرف على معناها جيداً ويحفظها ، فتكون الصلوات فترات لتثبيت هذا الحفظ وتقويته وترسيخ المعنى باستمرار فى هذه المصلى لأن التكرار المبنى على الفهم وسيلة مهمة لاستيعاب المعلومات . وعلى المصلى ألا ينتقل من سورة إلى ثانية إلا إذا كان قد فرغ تماماً من استيعاب السورة الأولى ، وأصبحت حية فى ذاكرته لفظاً ومعنى . وفى الإتقان : (أقام ابن عمر على حفظ البقرة ثمانى سنين . ذلك أنه كان يحفظ ولا ينتقل من آية إلى أخرى حتى يفهم ما فيها من معان) .^(٢)

والنصح بالبداية بالسور القصيرة يقوم على أساس أن الإنسان إذا أراد أن يقوم بعمل ما فلا بد أن ينجزه على خطوات ، وأهم خطواته الأولى . والقرآن ميسر على الجميع ويقول الله سبحانه وتعالى ﴿ وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ ﴾ .^(٣)

(١) أسرار الصلاة .

(٢) دعوة الإسلام .

(٣) القمر (١٧)

ودائما سيقرا المسلم القرآن . لأنه لابد ان يصلى ، ولا بد أن يقرأ القرآن فى الصلاة فالصلاة بذلك محاضرات يومية لتعلم هذا الكتاب المقدس. أننا نجد أن معظم المسلمين يحفظون قليلا من السور القرآنية ويكررونها فى صلاتهم ، فلا يكون هناك نمو فى معرفة آيات الله وتلاوتها. والرسول (ﷺ) يقول " إن الذى ليس فى جوفه شيء من القرآن كالبيت الخرب " .

هكذا نجد أن المسلمين اتخذوا القرآن مهجورا ، يقرأ فقط فى المآتم، ويستجدون به على أبواب المساجد والطرقات ، ويتخذونه تعاويذ وتمائم . فلا عجب إذا جفت ينابيع الطاقة المقدسة من قلوبهم ، واصبح التقدم من نصيب غيرهم .

إن القرآن الكريم لم ينزل إلى الأرض ليهجره أهلها ، إنه نزل لحياة الناس فى الدنيا قبل أن يكون شاهدا عليهم فى الآخرة . وليس لسراقات الموتى ، لقد كان الجيل الأول من المسلمين يتلقى القرآن كامر من السماء لينظم له حياته وحياة مجتمعه، وهذا هو الذى من أجله أنزل القرآن ، فكان المسلم يلبي امر خالقه فورا وهذا هو سبب التغير الذى طرأ على المسلمين الأوائل والذى يشبه السحر.

لابد للمسلم أن يعمل بمقدار استطاعته على تطبيق ما فهم من معانى القرآن الكريم وإلا يكون سلبيا فيساعد على تطبيق أحكام الدين فى المجتمع ، وإن الفكرة التى لا تطبق تذبل ويجف معينها ، أما المبدأ الذى يعيش تطبيقه ينمو ويزدهر . فالمبدأ بدون تطبيق بذرة بدون تربة فيها بريق الأمل وليس فيها واقع الثمرة ، والمصلى عندما يرسخ مبادئ القرآن

فى ذهنه أثناء الصلاة ويضعها فى حياته موضع التنفيذ بقدر إمكانيه ،
تصبح هذه المبادئ جزءا من حياته ، جزءا من تكوينه النفسى .

تثر اهتمامه ليتفاعل معها فى الواقع العلى ، مما يجعل لها تأثيرا
كبيرا أثناء تلاوتها فى الصلاة ، فيسيطر الإنسان على ذهنه بسهولة ويسر،
ويصبح تركيز ذهنه أمرا تلقائيا .

وإن معرفة المسلم بقرآنه ، هى معرفته بقاتون حياته فى الدنيا
والآخرة ، معرفته بما له وما عليه من حقوق وواجبات ، وهذا هو الوعى
الحقيقى للإنسان بأى مقياس . وإن التجربة خير دليل على قيمة التطبيق .
فماذا حدث للمسلمين الأوائل عندما كان القرآن علما وعملا ؟ لقد تحول
المسلمون من أصنام إلى خير أمة أخرجت للناس . من الهمجية والبداءة
إلى النظام والتحضر مما جعل هذه التجربة التى حدثت فى مدة قصيرة من
الزمن تثير إعجاب كل علماء الاجتماع إلى يومنا هذا.

وإن تلاوة القرآن المستمرة فى الصلاة ، توثق الصلة بين المسلم
والقرآن . ﴿ الَّذِينَ ءَاتَيْنَهُمُ الْكِتَابَ يَتْلُونَهُ حَقَّ تِلَاوَتِهِمْ أُولَٰئِكَ
يُؤْمِنُونَ بِهِ ۚ وَمَن يَكْفُرْ بِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴾ ^(١) . وقد قال
الرسول الكريم : الماهر بالقرآن مع السفرة الكرام البررة والذى يقرأ
القرآن ويتعتع عليه وهو عليه شاق له أجران ^(٢) وهنا يؤكد الرسول
الكريم الميزة الكبيرة للمسلم الماهر فى القرآن وحتى يصل كل مسلم إلى
هذه الدرجة فإن الرسول يحبب إلى المسلم عملية تعلم القرآن والصبر عليه
، التى تبدأ بالتعتعة أى النرد فى قراءته مع الإحساس بالصعوبة به ،

(١) البقرة ١٢١ .

(٢) مسلم من حديث لعائشة رضى الله عنها .

وهذا هو شأن المبتدئين دائما . فيأخذ المسلم على هذه العملية اجرا إضافيا جزاء على اجتيازه هذه المرحلة الصعبة فى عملية التعلم ، وهذا يثرى العمل الكبير . ويقول الرسول (ﷺ) " خيركم من تعلم القرآن وعلمه " (١)

وحتى يمكننا أن نركز أذهاننا فى معانى ما نتلوه من قرآن أثناء الصلاة . لابد من فهم هذه المعانى وتدبرها قبل الصلاة . فمن الأفضل أن يعرف المصلى معانى الآيات التى سيقراها فى الصلاة قبل أدائها سواء من كتاب أو من معلم ويعيها جيدا وتصور تطبيقها ، حتى وأنه يؤدى الصلاة يعيش هذه المعانى مسيطرا على ذهنه فى تدبرها . بدلا من أن تكون مجرد ألفاظ تخرج من الفم لا روح فيها من المعنى ، والله سبحانه وتعالى أنزل القرآن الكريم لتدبر معانيه ﴿ كَتَبْنَا أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُوا الْأَلْبَابِ ﴾ (٢)

ولهذا لم يكن رسول الله (ﷺ) يعنى بكثرة القراءة من القرآن بقدر ما كان يعنى من التدبر والفهم له . فعن أبى ذر رضى الله عنه قال : قام بنا رسول الله (ﷺ) بأية يرددها ﴿ إِنْ تُعَذِّبْهُمْ فَإِنَّهُمْ عِبَادُكَ وَإِنْ تَغْفِرْ لَهُمْ فَإِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ ﴾ (٣)

وكان منهج السلف الصالح مثل عثمان بن عفان وغيره أنهم كانوا إذا تعلموا من النبى الكريم عشر آيات لم يجاوزها حتى يعلموا ما فيها من العلم والعمل .

(١) البخارى .
(٢) سورة " ص " ٢٩ .
(٣) المائدة ١١٨ .

□ الركوع :-

انحناء تعظيم للخالق العظيم . ويتكرر فيه نداء سبحان ربى العظيم ثلاث مرات على الأقل ، لتأكيد الإحساس بالعظمة لله . وإن العبد لا يحنى ظهره إلا لخالقه العظيم .

والركوع هى الحالة التى يعبر به المصلى بجسمه عن تعظيم خالقه، والتى تسبق التعبير بالخضوع الكامل فى السجود . والركوع لابد أن يكون باطمئنان ، حتى يمكن أن تتشرب النفس معانى التعظيم . والرسول (ﷺ) يقول: " ثم أركع حتى تطمئن رакعا ، ثم أرفع تعتدل قائما ، ثم اسجد حتى تطمئن ساجدا ، ثم أرفع حتى تطمئن جالسا ، ثم اسجد حتى تطمئن ساجدا.. "

وهذا التعبير باللسان والجسم عن التعظيم للخالق العظيم يجب أن تتذوقه النفس ، حتى يعيش ذهن المصلى هذا المعنى . ومن الدعاء الماثور من الرسول (ﷺ) فى هذا المجال " اللهم لك ركعت وبك آمنت ولك أسلمت، وعليك توكلت ، أنت ربى خشع قلبى وسمعى وبصرى ودمى ولحمى وعظمى وعصبى ، لله رب العالمين".

ويقول الإمام الغزالى " وأما الركوع والسجود فالمقصود بهما التعظيم قطعا ، ولو جاز أن يكون معظما لله عز وجل بفعله وهو غافل عنه لجاز أن يكون معظما لصنم موضوع بين يديه وهو غافل عنه ، أو يكون معظما للحائط الذى بين يديه وهو غافل عنه وإذا خرج عن كونه تعظيما لم يبق إلا مجرد حركة الظهر والرأس ، وليس فيه من المشقة ما يقصد الامتحان به ثم يجعله عماد الدين ، والفاصل بين الكفر والإسلام .^(١)

(١) أسرار الصلاة .

□ السجود :

قمة التعبير بكيان المصلى العضوى ، والخضوع لعظمة الخالق .
يبدأ المصلى بثناء التسبيح بعلوه سبحانه عن كل شيء . وهو المخلوق
الضعيف خافض الجبهة فى التراب الذى منه خلق وإليه سيعود .

ثم يناجى العبد خالقه ويسأله ، ويتضرع إليه ويستغيث به . وإن
أثر ذلك على الإنسان تم الحديث عنه فى الجزء الخاص "الصلاة والنفس"
ولكن الذى يهمنا هنا هو أن الدعاء للخالق من مخلوقه الضعيف لا يكون
إلا وهذا المخلوق مهتما بما يقول ، لأنه يعبر عما يجيش فى صدره ،
وبالتالى هو منتبه له ، وليس بغافل عنه . كذلك فإنه يبت الشكوى إلى الله
والإنسان يركز ذهنه عندما يشكو إلى أى إنسان ، فما بالناس بالذى يشكو إلى
العظيم المتعالى . وفى الشكوى يركز الإنسان ذهنه لأنه يعبر عن المشاعر
الملحة فى نفسه ، والتى يضيق بها صدره .

ولا يعقل أن ينادى الإنسان الخاضع ربه الأعلى ويكرر النداء ،
حتى يرسخ ، ثم يبت ربه نجواه وما يلج على فواده من هموم ، فلا يعقل
وحاله هكذا أن يكون منصرف الذهن . ويقول لنا الرسول (ﷺ) : " اقرب
ما يكون العبد إلى ربه وهو ساجد فاكثروا الدعاء " (١) ويقول الله سبحانه
وتعالى ﴿ كَلَّا لَا تُطِيعُهُ وَأَسْجُدْ وَاقْتَرِبْ ﴾ . (٢)

إن السجود هو الدرجة النهائية لخشوع أعضاء المصلى لخالقه .
وكان القيام والركوع مرحلة تمهيدية له ، لذلك كان العبد هنا أقرب إلى
ربه . وكان الرسول فى دعائه فى هذا الوضع يقول : " اللهم لك سجدت ،

(١) مسلم .
(٢) الطق ١٩ .

وبك آمنت ، ولك أسلمت ، سجد وجهي للذي خلقه ، وصوره وشق سمعه وبصره ، تبارك الله أحسن الخالقين " .

□ التشهد :

بعد أن يصلي المصلي إلى أقصى درجة من التعبير في الخضوع لخالقه وهي السجود يأخذ جلسة التشهد ، ويقول فيها بن القيم الجوزيه " جاثيا على ركبتيه كهينة الملقى نفسه بين يدي سيده راغبا راهبا معتذرا إليه مستعديا إليه على نفسه الإمارة بالسوء " (١)

وهيئة جلسة التشهد هذه تساعد على تركيز الذهن في معاني التشهد ، وكما يقول الغزالي: " الظواهر تحريك للبواطن " (٢) ، أي أن هيئة المصلي في جلسة التشهد تساعد على حصر انتباهه في هذا الموقف. وقول الإمام الغزالي هذا يشبه قول ولیم جيمس " إنك تستطيع أن تحتفظ باهتمامك إذا جعلت جسمك وعقلك يعملان معا في عمل واحد " (٣)

ويأتي المصلي في جلسة التشهد بأكمل التحيات التي لا يصل إليها أي مخلوق مهما كان قدره ، والصلوات تكون لله وحده ويقول بن القيم الجوزيه: " وكذلك قوله والطيبات ، فهي صفة الموصوف المحذوف أي الطيبات في الكلمات والأفعال والصفات والأسماء لله وحده " (٤)

والسلام أعز ما يتمناه الإنسان . والله هو السلام ، ومنه السلام لعباده المخلصين وأخصهم رسول الله ويجب أن يتمثل المصلي في ذهنه رسوله ، أسوته الحسنة ويقول الغزالي " احضر في قلبك النبي (ﷺ)

(١) كتاب الصلاة وحكم تركها .

(٢) أسرار الصلاة .

(٣) مجلة المختار .

(٤) كتاب الصلاة وحكم تركها .

وشخصه الكريم وقل سلام عليك أيها النبي ورحمة الله وبركاته" . ويضيف الغزالي " ثم تشهد له تعالى بالوحدانية، ولمحمد (ﷺ) نبيه بالرسالة ، مجددا عبد الله سبحانه وتعالى بإعادة كلمتي الشهادة ، ومستأنفا للتحصن بها " (١).

ويقول ابن القيم الجوزية " ثم شرع له من الدعاء ما يختاره من مصالح دنياه وآخرته ، والدعاء في هذا المحل قبل السلام أفضل من الدعاء بعد السلام وأنفع للداعي ، وهكذا كانت عامة أدعية النبي (ﷺ) كلها كانت في الصلاة من أولها إلا آخرها ، فكان يدعو في الاستفتاح بأنواع من الدعاء ، وفي الركوع وبعد رفع رأسه منه ، وفي السجود وبين السجدين ، وفي التشهد قبل التسليم " (٢).

وعند الدعاء عندما يطلب الإنسان ما يحتاجه من المعطى سبحانه لابد أن يكون ذهنه مركزا .

يمكن إيجاز ما تقدم في النتائج الآتية :

- ١- الإسلام يقظة عقل ، والصلاة تتطلب اليقظة العقلية .
- ٢- حتى يكون المصلي مركزا عقله وذهنه في أعمال الصلاة عالج الفكر الإسلامي مشتتات الانتباه الخارجية والداخلية . حتى يتمكن المصلي من أن ينتبه إلى أعمال الصلاة .
- ٣- اهتمام المصلي للقاء ربه يجعله ينتبه في صلاته ، وإصراره على تركيز ذهنه في الصلاة لابد وأن يتبعه اهتمامه بعبادته .

(١) أسرار الصلاة .
(٢) كتاب الصلاة وحكم تركها .

٤- لا تحاول أيها المصلي أن تجاهد في استبعاد الأفكار التي لا تريدها من ذهنك ، ولكن ركز ذهنك في الصلاة ومعاتيها ، فالأفكار الإيجابية تطرد السلبية .

٥- يجب أن يتعلم الإنسان ألا يؤدي إلا عملاً واحداً في كل مرة ، فلا يشرك مع الصلاة أي عمل آخر ، بدون هذا يحدث الاضطراب ويقل الإنجاز .

٦- أطلق الإمام الغزالي على التركيز الذهني في الصلاة " حضور القلب " وعالج مشكلاته .

٧- القدرة على التركيز الذهني موجودة عند كل إنسان ، وهي تنمو بالاستخدام وإذا كان على المسلم أن يصلي فعليه أن يستخدم هذه القدرة لتصح صلاته .

٨- يحث الإمام الغزالي على المجاهدة في الصلاة ، وهي تدريب مستمر لنمو القدرة على التركيز في الصلاة فتنمو باستمرار . ويقول الإمام الغزالي ما معناه إن هذه القدرة نسبية وإن أئمة الإسلام لم يستطيعوا التركيز المطلق في الصلاة .

٩- الاهتمام بولد الانتباه ، وعندما يكون كل اهتمام الإنسان بالدنيا وكان الآخرة لن تأتي مطلقاً فإنه يصبح من العسير عليه أن ينتبه أثناء صلاته ولذلك على المصلي أن يذكر نفسه دوماً بالآخرة ، وأن الدنيا هي الطريق إليها والرسول (ﷺ) يقول لنا " صل صلاة مودع " .

١٠- إن التدريب على التركيز الذهني ستناب عليه من الله سبحانه وتعالى أولاً ، لأنك تؤدي صلاة مثمرة ، وثانياً ستجد المكافأة في أي عمل تقوم به ، فسيكون الإنجاز رائعاً .

- ١١- يمكنك أن تقوم بتدريب إضافي على التركيز الذهني ، كل يوم . يمكنك أن تربط ذلك بالصلاة . فبعد صلاة الفجر كل يوم مثلاً ركز ذهنك في موضوع يلح على تفكيرك، لما له من أهمية دنيوية . ستجد أن عائد هذا التدريب سيفيدك ليس فقط في صلاتك، بل في حياتك كلها.
- ١٢- ليس معنى التركيز الذهني أن توجه ذهنك إلى فكرة ثابتة ، إنما يعني توجيه ذهنك إلى كل الزوايا والنواحي الخاصة بموضوع معين فقط .
- ١٣- رمق الروح في الصلاة ، كما قال الإمام الغزالي هي لحظة التكبير ، وهي لحظة تنبيه يسهل على أي إنسان أدائها .
- ١٤- الفاتحة هي مجمل الكتاب ، والقرآن كله تفاصيل لهذا المجمل وأثناء تلاوة القرآن في الصلاة على العقل أن يلتقط من معاني الفاتحة المكثفة ما هو قريب منها ، وما هو قادر عليه .
- ١٥- القيام والركوع والسجود والجلوس للتشهد ، حركات تعبيرية يقوم بها المصلي ليبر بكيانه العضوي عن التعظيم لخالقه العظيم .

الباب الرابع

الصلاة عادة أم عبادة؟

- الصلاة والعادة والعلاقة بينهما.
- لماذا كثير من المصلين يؤدون الصلاة بسهولة وتلقائية؟
- لماذا يجد بعض المسلمين صعوبة في اكتساب المواظبة على الصلاة.
- وصفة أخيرة (من علم النفس) لاكتساب المواظبة على الصلاة.
- لماذا نجد أناساً لا يصلون أفضل سلوكاً من آخرين مواظبين على الصلاة؟
- لنجعل من القوة عادة.

الصلاة والعادة

□ الصلاة والعادة : وعلاقتها :-

الصلاة هى اتصال بين العبد وربّه يقوم بها الإنسان بكل كيانه جسمه وعقله ونفسه ، فالجسم يقوم بالحركات التى تعبر عن الخشوع والطاعة ، والعقل يعيش معانى الصلاة وتذوق رسالة السماء وهى القرآن الكريم ، والنفس تغمرها السكينة .

ولأن اللقاء المقدس بين الإنسان وخالقه وهو الصلاة سلوك يتكرر يوميا ويأخذ صفة الاستمرار فبانه يصبح سلوكا راسخا فى حياة المسلم وصفه تلازمه ، وهذا هو الجزء الشكلى من الصلاة ويتحكم هذا السلوك المتكرر فى المصلى المداوم على الصلاة حتى إذا تأخر عن فرض من الفروض ولم يؤده شعر بأن هناك شيئا ينقصه وشعر بالضيق .

وكل مصلى أصبحت الصلاة جزءا من حياته يداوم عليها تلقائيا فى سر وسهولة أصبح هذا المصلى يمتلك صفة المواظبة على الصلاة ، وهناك تاتى العلاقة بن الصلاة والعادة . والعادة فى حياتنا ليست شيئا هينا فإن ما يزيد عن تسعة أعشار سلوكنا عبارة عن عادات ، اكتسبناها وتسطر على كل أعمالنا وكل تصرفاتنا . وهذه العادات اكتسبناها من البيئة المحيطة بنا " ولهذا فنحن نكرر الأعمال التى تجد هوى فى نفوسنا وتصبح صفة ملازمة لنا نؤديها بشكل رتيب وبطريقة آلية بدون بذل أى جهد فى ذلك أو الانتباه إليه على الإطلاق . والعادة بهذا توفر لنا المجهود والسرعة والدقة والاختصار فى الأداء.

وسلطان العادة يتحكم فى معظم سلوكنا حتى لقد قيل إن العادة طبيعة ثانية فى الإنسان ، والعادة يمكن أن تكون حركية أو عقلية أو خلقية كعادة السباحة وعادة الضبط النفسى وعادة تركيز الذهن وعادة التفكير بالأسلوب العلمى ، وغير ذلك من العادات .

ليس معنى الحديث عن الجزء الشكلى من الصلاة وهو العادة ، أن الصلاة هى مجرد شكل روتينى يؤدى آليا لا حياة فيها ولا روح . لا ، خطأ من فهم ذلك . إذا كانت الصلاة مجرد المواظبة على سلوك لا معنى له أصبحت قبض الريح إنما هى بجانب هذا الجزء الشكلى روح تسرى فى كيان الإنسان كله .

وهناك قول مأثور بالنسبة للعادة " العادة نعم الخادم وبنس السيد " فالعادة فى الصلاة نعم الخادم لأنها تجعلنا نؤدى صلاتنا بتلقائية وسهولة ، وكون هناك إلحاح علينا بأن هناك شيئا ناقصا إذا لم تؤدها .

والعادة فى الصلاة بنسب السيد لأننا إذا اكتفين بعادة الصلاة فقط، تحولت الصلاة إلى مجرد روتين نقوم به . كالذى يريد الاتصال بآخر عن طريق التليفون فعندما يبدأ الاتصال ويدق جرس التليفون عند الآخر فيرفع سماعته فيجد الشخص الأول لا يقول له شيئا . لقد قام بالاتصال فعلا ولكن لا قيمة ولا معنى لهذا الاتصال ، لأنه لا يؤدى إلى أى نتيجة . أما الذى يجعلنا نؤدى الصلاة كما ينبغى ونستفيد منها، فتكون كل صلاة وجبة روحية دسمة بدلا من أن تكون مضغا للهواء هذا هو موضوع البحث الذى نحاول أن نتناوله.

□ لماذا نجد كثيرا من المصلين يؤدون الصلاة بسهولة وتلقائية ؟

إن هؤلاء المصلين اكتسبوا عادة الصلاة فأصبحت سلوكا راسخا في حياتهم ، وجزءا من نظام يومهم يمارسونها بتلقائية فلا يحتاجون في إقامتها إلى مجهود كبير كالذي تعود على أن أول شيء يفعله في يومه أن يغسل وجهه . بمجرد قيامه من النوم مباشرة يذهب إلى الحمام ليغسل وجهه ولا يحتاج هذا منه إلى تفكير هل يؤجل غسيل الوجه إلى ما بعد الإفطار أم لا ؟ وهل يقرأ جريدة الصباح أم لا ؟ فغسيل الوجه أصبح عادة مرتبطة بالقيام من النوم .

ذلك المصلي الذي اكتسب عادة الصلاة فهو يؤديها كصفة من صفاته وإذا لم يقم بها شعر أن هناك شيئا ناقصا ، فهناك إلحاح من السلوك الذي تعود على أن يؤديه ، وهذه هي عادة الصلاة . وهؤلاء المصلون الذي يكتسبون صفة الصلاة نشأوا في بيئة دينية فاكتمسبوا منها سلوك الصلاة ودرّبهم عليها أهلهم فاكتمسبوا الصلاة منهم ولو كان فعلهم لها تقليدا ، وأول شيء يمكن أن يلاحظ في الأطفال هو حبهم للتقليد .

وقد يكون هؤلاء المصلون اكتسبوا عادة الصلاة من المجتمع الذي يعيشون فيه خاصة إذا كان مجتمعا صغيرا مثل مجتمع القرية ، وهو يشجع الصلاة ويعتبرها سلوكا مرغوبا فيه . هنا البيئة الاجتماعية تشجع على اكتساب عادة الصلاة . أو أن يكون بعض الأسباب الأخرى أيقظت العاطفة الدينية للمسلم وساعدة وجوده في مجموعة من الأصدقاء الذين يمارسون الصلاة ، ويشجعونه عليها .

والرسول الكريم يقول في حديثه (علموا أولادكم الصلاة عند سبع واضربوهم عليها لعشر) . فالرسول الكريم يحث الأهل على زرع عادة

الصلاة مبكرا ، فيتعهد الأهل الأبناء بزرع عادة الصلاة بتعليمهم عليها وجعلهم يقلدونها ، وعندما يبلغ الطفل العاشرة يشددون عليه في ذلك ، بحيث يكون العقاب الذى يشعر الطفل بجديّة التعلم حتى يتم زرع عادة الصلاة في هذا الطفل ، حتى يتم زرع عادة الصلاة في هذا النشء الغض .
فينشأ العود الأخضر ناميا مستقيما على الصلاة فتكون الصلاة صفة أساسية من صفاته ، لأن من شب على شيء شاب عليه كما يقولون .

□ لماذا يجد بعض المسلمين صعوبة في اكتساب الصلاة ؟

بالنسبة للذين لا يمارسون سلوك الصلاة ، وهم ليسوا بالأطفال .
إنما شباب يافع وكان عليهم أن يصلوا من سنوات عدة ولكنهم لم يفعلوا .

هؤلاء صنفان :

صنف ران على قلبه غلظة الجهل ، فهو في ضلاله لا يحيد عنه والمسألة الأساسية عندهم ليست في الصلاة وإنما الهدف هو السلوك الحسن في الحياة ، فطالما يؤديه فلا داعي إذن للصلاة . وهو بهذا يجهل حقيقة الصلاة ، وهي أنها نفع في الدنيا قبل أن تكون ثوابا في الآخرة .
ويسوق أبو الحسن على الحسنى الندوى مثلا على الذى يترك الصلاة استهانة بأمرها ويعتذر عنها بأنه لا يجد وقتا ليؤديها . وهذا المثال مأخوذ عن الشيخ شرف الدين يحيى المنيرى : " كان لأحد الأغنياء الحكماء حديقة غناء ، ولما حضرته الوفاة ، دعا ابنه وقال له : أوصيك بالمحافظة على هذه الحديقة وعلى ما فيها من أشجار وأزهار ، ونباتات وحشائش فلا نقص منها شيئا استغناء عنه أو زهدا فيه ، فإنها كلها تقوم على حكمة غامضة ، وفوائد مستورة ، ولما مات الرجل وآل الأمر إلى ولده رأى أن

نبات قد انزوى وأصبح حشيشاً لا رائحة ولا غناء فيه ، ورأى أنه يشغل مكاناً من غير جدوى ويسىء إلى الحديقة وجمالها ومنظرها ، واقتلع الجرثومة ، فما لبث أن دخلتها حية سوداء ، فلست سيدها فمات من ساعته وعلم الناس أن الجرثومة كانت وقاية من الحيات والأفاعي والحشرات السامة فلا تدخل حديقة فيها هذه الجرثومة".

وصنف آخر مقتنع تماماً بأهمية الصلاة ، وأنها فرض وأمر من الله سبحانه وتعالى يجب أن يطاع ، وأنها عماد الدين وبدونها لا يقيم دينه . فالمسلم هنا عاطفته الدينية صادقة ، وخشيته من الله موجودة ، وإن الصلاة بالنسبة إليه نعمة منحها الله لعباده ، وليست تكليفاً وعناء . ينصح هذا الصنف من المسلمين بأن يبدأ فوراً في الصلاة ويواظب عليها ولا ينتظر الظروف الملائمة كما يوسوس له شيطان نفسه ، فإنه إن انتظر هذه الظروف فن تأتي أبداً وإنما يبدأ من الآن وفي هذه اللحظة ، ويجعل هدفه في الوصول إلى رضا الله بإقامة ركن من أركان الإسلام وهو عماد الدين ، والنفع الذي سيعود عليه يكون في الدنيا والآخرة . وأن يكون هذا الهدف دائماً يقظاً في ذهنه ، ويساعده على ذلك أن ينضم إلى جماعة تواظب على الصلاة ويجعلهم أصدقاءه، ويكون قدوته شخصاً مصلياً يعجب به ويقدره ، لأن هذا المصلى الذي يقلده وصل للهدف الذي يرغب الوصول إليه .

والتقليد لا يحتاج إلى بذل جهد ولا إلى قوة إرادة ، إنما التقليد عمل يؤدي في هدوء واسترخاء ويجعل المقلد له هدف نصب عينيه دائماً . لأنه لا يمكن أن يقلد شيئاً ، فهو يتحول وهو يقلد إلى من يقلد . ويقول الله

تعالى ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾ .

ولكن ماذا لو كان المسلم بالرغم من أن عاطفته الدينية صادقة ، وأراد أن يصلى واستجمع قوة إرادته ليصلى وبدأ الصلاة ولكنه تعثر ، إن هذا سيشعره بالذنب ويأنه ضعيف الإيمان ولولا ذلك ما تعثر ، وشعوره بالفشل والذنب يقلل من فرصة اكتسابه لصفة الصلاة .

ألا توجد وصفة أخيرة لهذا المسلم فتساعده على أن يكتسب عادة الصلاة وينضم إلى المصلين فلا يشعر أنه أقل منهم إيمانا ، أو أنه متناقض بين ما يعتقه من مبادئ وبين ما يمارسه من سلوك؟

الواقع أنه توجد وصفة أخيرة لاكتساب المواظبة على الصلاة ، وهذه الوصفة مبنية على التدرج فى الخطوات لاكتساب عادة الصلاة . وطبعا من بديهيات فرض الصلاة أنه مفروض على كل مسلم ومسلمة بلغ الرشد ، وليس فى هذا نقاش أو تجزئة . والذي يمارس الصلاة ليست هناك مشكلة أمامه ، أما الذى لم ينشأ على أداء الصلاة وجاءه الاستيقاظ وأراد أن يصلى وهداه الله إلى ذلك واستمر فى المواظبة على صلاته ونجح فهذا هو الخير كله .

أما إذا بدأ بالعاطفة الدينية والروح الصادقة ولكنه تعثر ولم يستمر، فهل هذا هو ضعف فى إيمانه أو تخاؤل فى قوة إرادته ؟ ولذلك كان هذا الاجتهاد بهذه الوصفة التى إذا أدت إلى أن يكتسب صفة المواظبة على الصلاة فهى افضل من الانقطاع التام عنها . بمعنى أنه ليست هذه الوصفة هى القاعدة التى يتبعها كل من لا يصلى ويريد أن يكتسب صفة المواظبة على الصلاة ، وإنما هى استثناء للذى كان هدفه الصلاة واضحا أمامه

وعاطفته الدينية صادقة في ذلك ولكن تعثر في محاولته لاكتساب المواظبة على الصلاة . فهل من الأفضل أن يستمر في انقطاعه عن الصلاة أو تقدم إليه وصفة أخيرة وإن كانت هذه الوصفة بها قصور؟

فإذا نجحت هذه الوصفة فهي اخف الضررين ، فنجاحها قد جعل الشخص يواظب على الصلاة فهذا أفضل من تركه لا يمارس المواظبة على الصلاة إطلاقاً . وكما أن هناك من هو متخلف عقلياً فهناك من هو متخلف روحياً . وحتى يمكن تنمية عقل المتخلف عقلياً يجب أن يبدأ التعامل معه حسب عمره العقلي ، وليس حسب عمره الزمني . وكذلك المتخلف روحياً يجب تنمية روحه تدريجياً حتى تصل إلى النمو الروحي .

إنه في الضرورة القصوى تباح أشياء لم تكن تباح في الظروف العادية . فيباح شرب الخمر أو اخذ قدر من السموم كعلاج للمريض إذا كان في ذلك دواء له ، وهناك حكمة تقول الضرورات تبيح المحظورات ، لذلك فالذي فشل في أن يكتسب صفة المواظبة على الصلاة مرة واحدة كما هو مطلوب منه فإذا أعطينا له فرصة التدرج في خطوات اكتساب الصلاة ونجح في ذلك يكون كالمريض الذي وجد في الخمر أو السم علاجاً له .

ونحن هنا ندخل إلى الصلاة من باب العادة . بعد أن فشل المصلي في أن يدخلها من باب الدوافع الروحية . حتى نغرس عادة الصلاة بنفس الطريقة المتبعة في اكتساب العادات الأخرى ، والتي ينصح بها علماء النفس . فعندما يتم اكتساب عادة الصلاة وهي وعاء السلوك الذي يجب أن يمتلئ بالروح الدينية الصادقة والتي هي الأهم ، وكأنما نعود بذلك المرء الذي يريد اكتساب صفة المواظبة على الصلاة إلى فترة الطفولة ، حيث كان يجب على أهله أن يقوموا بزرع عادة الصلاة والتي وجهنا إليها

الرسول الكريم (ﷺ) : " مروا أولادكم بالصلاة إذا بلغوا سبعا ، واضربوهم عليها إذا بلغوا عشرا " .

ويذكرنا الأستاذ / أحمد بهجت بقول العالم الجليل أستاذنا الشيخ / عبد الوهاب خلاف رحمه الله تعالى وأثابه إن المبادئ العامة التي بنى عليها التشريع الإسلامى كانت أربعة :

المبدأ الأول : التدرج فى التشريع ، فقد مكث القرآن ينزل على قلبه لمدة ٢٢ سنة. وكانت حكمة التدرج أنه ييسر معرفة القانون مادة مادة. وييسر أحكامه بالوقوف على الحدث الذى اقتضى التشريع ، ولم يكن التدرج زمنيا فقط ، وإنما كان نوعيا أيضا ، فلم يكلف المسلمون فى أول عهدهم فى الإسلام بما يشق عليهم فعله أو ما يشق عليهم تركه ، بل أخذهم الله والرسول الرفق والأناة والحلم مثلا : لم تفرض خمس صلوات فى اليوم . بل طلبت منهم صلاة مطلقة بالغداة والعشي ، أيضا لم تفرض على المسلمين الزكاة والصيام إلا بعد الهجرة بسنة ، أى بعد ما يقرب من أربعة عشر عاما من بداية الإسلام أيضا لم يحرم الخمر والميسر وكثير من عقود الزواج والربا إلا بالمدينة ، كما تم تحريم الخمر على ثلاث مراحل (١).

(١) جريدة الأهرام ، صندوق الدنيا

□ وصفة اخيرة لاكتساب المواظبة على الصلاة :-

الوصفة ببساطة أن الشخص الذى فشل فى أن يكتسب عادة المواظبة على الصلاة مرة واحدة عليه أن يصعد سلم عادة الصلاة درجة درجة وكل درجة فى وقتها ، وأن يجعل فترة زمنية لكل درجة فيقسمها مثلاً إلى خمس خطوات وكل خطوة مدتها أسبوع :

الخطوة الأولى : صلاة الصبح .

الخطوة الثانية : صلاة الصبح والظهر.

الخطوة الثالثة : صلاة الصبح والظهر والعصر.

الخطوة الرابعة : صلاة الصبح والظهر والعصر والمغرب .

الخطوة الخامسة: صلاة الصبح والظهر والعصر والمغرب والعشاء.

فالخطوة الأولى وهى ركعتين الصبح كما نرى بسيطة وسهلة ، ولن يجد الذى لا يصلى مطلقاً فى أن يصلى ركعتين فقط فى اليوم أى صعوبة . والخطوة الأولى سهلة لأن الخطوة الأولى فى أى عمل هى أهم خطوة فيه ، ولذلك يجب أن تكون أسهل الخطوات ، حتى يكون النجاح فيها أكثر ضماناً . فالنجاح البسيط يودى إلى نجاح أكبر بينما لو أن إنساناً فشل فى الخطوة الأولى ، فإن فشله مهما كان مجيداً فلن يودى به إلى شىء .

وطالما أن الشخص فشل فى أن يكتسب عادة المواظبة على الصلاة مرة واحدة فهذه الوصفة تجزئ له عادة المواظبة حتى لا تضعف جهوده الضعيفة أصلاً فى مساحة عادة المواظبة على الصلاة دفعة واحدة . وطالما أن اللقمة أكبر من فمه الضعيف فمن الأفضل له أن يجزئها إلى لقيمات يتناولها مرة بعد مرة فلا يشعر بضخامة فى الأمر ، وهو المواظبة على الصلاة يومياً وطول حياته .

والواقع أن الإرادة حتى وإن كانت ضعيفة ، إلا أنها تستطيع أن تقوم بالخطوة المقررة في برنامج اكتساب عادة الصلاة في هذه اللحظة بالذات والآن . وهو عندما يهتم باللحظة الحاضرة في أداء صلاة الصبح وهي الخطوة الأولى فليس معنى ذلك إهمال باقي الخطوات ، وإنما ليس عليه أن يحمل على كاهله أعمالاً أخرى لم يأت وقتها بعد .

وفي ميدان الطب تعمل العيادات التي تعالج المدمنين على الخمر بنفس القاعدة السابقة إنهم لا يطلبون من المدمنين الامتناع التام وإلى الأبد عن الشرب ، وإنما طوال الأربعة والعشرين الساعة القادمة فقط حتى لا تشتت الجهود ، فيصل إلى نتيجة طيبة . إن هذا يذكرنا بكيف عالج الإسلام شرب الخمر ، فلم يمنع الخمر مرة واحدة ، وإنما تدرج في الخطوات .

وعلى الذي يقوم باكتساب عادة الصلاة ، معرفة هدفه بالضبط حتى يملك الرغبة القوية في العمل وهذا الهدف هو رضا الله سبحانه وتعالى فيقيم دينه .

صحيح أنه بدأ بالجزء وهو صلاة الصبح ولكن في طريقه إلى أن يصلي كل الفروض . ويتخيل نفسه وهو مواظب على صلاته كبقية المسلمين . ويتصور ماذا يكون عليه شعوره عندما يحقق هذا ، وكيف أن شعور الذنب سيزاح عن صدره ، فالمسلم الذي لا يصلي يشعر في قرارة نفسه أن هناك شيئاً ينقصه وعليه كل يوم قبل النوم أن يحمداً الله على هدايته للصلاة ، وأنه كل يوم يتحسن في اكتساب صفة الصلاة وهذا هو الإحياء النفسي الذي يفيد .

عليه أن يعيش بن جماعة من المسلمين ، ويقلدهم . وعليه أن يجهر بين أولئك الذين يحرص على كسب احترامهم بأنه سيصلي وسيستمر

فى ذلك ، وذلك يجعله أقل عرضة للنقص . وعليه أيضاً ألا يقبل أى تغاضى ولو مرة واحدة ، فلا يقبل أى حالة استثنائية على الإطلاق . فإذا قبل ذلك مرة قبله بعد ذلك مرات . فإذا قال لنفسه إن هناك ظروفًا متغيرة تضطرنى أن أؤجل صلاتى ليوم تال ، وأن هذه واحدة لن تغير شيئاً فى برنامج اكتسابى لعادة الصلاة ، فاتنه يكون قد تهاون ، فعرض نفسه لميوعة التنفيذ ، وستكثر أمامه المناسبات التى يرى فيها أنها ظروف خاصة تضطره أن يؤجل صلاته ، مما يعرضه للفشل فى الاستمرار فلا بد أن يرتب أولوياته وأن يعلم أن الصلاة هى الأهم فلا بد من تفضيلها عن أى عمل آخر .

وبعد فهذه هى الوصفة الأخيرة . إذا نجحت وأتت أكلها كانت خيراً ، ولقد ساعدت مسلماً لا يصلى وحولته إلى مسلم يواظب على صلاته . وإذا لم تنجح فاتنها كانت مجرد محاولة أخيرة ، ولم يتسبب عنها أى خسارة لأنه قبل أن يقوم بهذه المحاولة لم يكن يصلى أصلاً .

ونعود مرة أخرى لنؤكد أنه يجب معرفة الهدف . فبقدر وضوح الهدف يكون قوة الدافع ، ذلك الدافع الذى يعطى الإنسان الطاقة للاستمرار فى اكتساب سلوك الصلاة . ولقد أورد لنا بن القيم الجوزية فى كتابه " كتاب الصلاة وحكم تاركها " كلمات من رسالة الصلاة للإمام أحمد يوضح فيها أهمية الصلاة للمسلم :

وقال الإمام أحمد : وقد جاء فى الحديث " لاحظ فى الإسلام لمن ترك الصلاة " ، وقد كان عمر بن الخطاب يكتب إلى الآفاق : إن أهم أموركم عندى الصلاة ، فمن حفظها حفظ دينه ، ومن ضيعها فهو لما سواها أضيع ، ولاحظ فى الإسلام لمن ترك الصلاة . قال : فكل مستخف

بالصلاة - مستهين بها ، فهو مستخف بالإسلام مستهين به ، وإنما حظهم في الإسلام على قدر حظهم من الصلاة ورغبتهم في الإسلام على قدر رغبتهم في الصلاة . فأعرف نفسك يا عبد الله ، وأحذر أن تلقى الله ولا قدر للإسلام عندك ، فإن قدر الإسلام في قلبك كقدر الصلاة في قلبك . وقد جاء الحديث عن النبي ﷺ أنه قال " الصلاة عمود الدين " . الست تعلم أن الفسطاط إذا سقط عموده سقط الفسطاط ولم ينتفع بالطنب ولا بالأوتاد ؟ وإذا قام عمود الفسطاط انتفعت بالطنب والأوتاد ، وكذلك الصلاة من الإسلام . وجاء الحديث إن أول ما يسأل عنه العبد يوم القيامة من صلاته فإن تقلبت منه صلاته تقبل منه سائر عمله وإن ردت عليه صلاته رد عليه سائر عمله . فصلاتنا آخر ديننا ، وهي أول ما نسأل عنه غدا من أعمالنا يوم القيامة ، فليس بعد ذهاب الصلاة إسلام ولا دين إذا صارت الصلاة آخر ما يذهب من الإسلام . هذا كله كلام أحمد . والصلاة أول فروض الإسلام وهي آخر ما يفقد من الدين فهي أول الإسلام وآخره ، فإذا ذهب أوله وآخره فقد ذهب جميعه ، وكل شيء ذهب أوله وآخره فقد ذهب جميعه . قال الإمام أحمد : كل شيء يذهب آخره فقد ذهب جميعه فإذا ذهبت صلاة المرء ذهب دينه " .

□ لماذا نجد أناسا لا يصلون أفضل سلوكا من آخرين يواظبون على الصلاة ؟

حقا إننا نجد في حياتنا الواقعية حالات لأشخاص لا يصلون ولكنهم في حياتهم وسلوكهم يتميزون بسلوك أفضل بكثير من أناس مواظبين على صلاتهم ، فما معنى ذلك ؟
الواقع أن هؤلاء الذين يصلون وسلوكهم سيئ ولا يرغب أحد في أن يعتبرهم قدوته .

هؤلاء الناس صلاتهم تقف عند حد العادة ، عند مجرى الروتين
 الآلى الذى يؤدونه ، لا روح فيها على الإطلاق . وكأنها وعاء خاو من
 المحتوى . إن أبسط قواعد المنطق تقول إن هناك أناساً آخرين يصلون
 وأخلاقهم ممتازة وسلوكهم طيب ، فالصلاة تأمر بالمعروف وتنهى عن
 المنكر . ويقول الرسول : (ﷺ) من لم تنه صلاته عن الفحشاء والمنكر
 لم يزدد من الله إلا بعداً^(١) . إذن أين العيب فى هؤلاء الأشخاص ؟ إذا كانت
 الصلاة فى حد ذاتها تدعو إلى الخير والله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ يَتَأْتِيهَا
 الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ ۚ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ
 الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَوْلَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ
 وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَئِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ
 وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝ ﴾^(٢)

والإمام محمد عبده يسمي الصلاة التى يمارسها الإنسان سيئ
 السلوك " نفاق العادة " فيقول : للعبادة صور كثيرة فى كل دين من
 الأديان ، شرعت لتذكير الإنسان بذلك الشعور بالسلطان الإلهى الأعلى الذى
 هو روح العبادة وسرها .

ولكل عبادة من العبادات الصحيحة أثر فى تقويم أخلاق القائم بها
 وتهذيب نفسه ، والأثر إنما يكون عن ذلك الروح والشعور الذى قلنا أنه
 منشأ التعظيم والخضوع . فهذا وجدت صورة العبادة خالية من هذا المعنى
 لم تكن عبادة ، كما أن صورة الإنسان وتمثاله ليس إنساناً .

(١) الطبرانى .
 (٢) النور (٢١) .

خذ إليك عبادة الصلاة مثلاً ، وانظر كيف أمر الله بإقامتها دون مجرد الإتيان بها . وإقامة الشيء هي الإتيان به مقوماً كاملاً يصدر عن علته وتصدر عنه آثاره . وآثار الصلاة ونتائجها هي ما أنبأنا الله تعالى بها بقوله : ﴿ أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾ ^(١) وقوله عز وجل : ﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ^(٢) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ^(٣) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ^(٤) إِلَّا الْمُصَلِّينَ ^(٥) ﴾ . وقد توعد الذين يأتون بصورة الصلاة من الحركات والألفاظ مع السهو عن معنى العبادة فيها وسرها المؤدى إلى غايتها بقوله : ﴿ قَوْلٌ لِلْمُصَلِّينَ ^(٦) الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ^(٧) الَّذِينَ هُمْ يُرَاءُونَ ^(٨) وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ ^(٩) ﴾ ، فسماهم مصليين لأنهم أتوا بصورة الصلاة ، ووصفهم بالسهو عن الصلاة الحقيقية التي هي توجه القلب إلى الله تعالى المذكر بخشيته والمشعر للقلوب بعظيم سلطانه ، ثم وصفهم بأثر هذا السهو وهو الرياء ومنع الماعون . والرياء ضربان : رياء النفاق وهي العمل لأجل رؤية الناس ، ورياء العادة وهو العمل بحكمها من غير ملاحظة معنى العمل وسره وفائدته ، ولا ملاحظة من يعمل له ويتقرب إليه به ، وهو ما عليه أكثر الناس ، فإن صلاة أحدهم في طور الرشد والعقل هي عين ما كان يحاكى به أباه في طور الطفولة عندما يراه يصلى - يستمر على ذلك بحكم العادة من غير فهم ولا عقل ، وليس لله شيء في هذه الصلاة . وقد ورد في أحاديث كثيرة أن من لم تنهه صلاته عن الفحشاء والمنكر لم يزد من الله إلا بعداً ، وأنها تلف كما يلف الثوب البالى ويضرب بها وجهه . وأما الماعون فهو المعونة والخير الذى

تقدم فى الآية الأخرى أن من شأن الإنسان أن يكون منوعا له إلا المصلين. (١)

الصلاة الحقيقية هى اتصال بالله خمس مرات فى اليوم على الأقل ، يتصل بالمخلوق بالخالق فيشعر وجود الله فى كل فترة من فترات اتصاله ، فيكون دائم الخشية منه ، وذلك يضبط سلوكه حتى يحظى برضاء خالقه.

وحوار دار بين شخصين أحدهما يخشى الله ، والآخر يتباهى بأنه يطلق العنان لشهواته ويفتخر بمهارته فى اصطیاد النساء . قال له الذى يخشى الله ربما أكون أكثر منك شهوة ، ولكن لا أفعل الذى تفعله لأنى أخشى الله .

والذين يصلون وسلوكهم سيئ ، يرجع ذلك أن صلاتهم روتين آلى لا يشعرون بروحها ولا يتصلون بخالقهم حقا . فيخيل إليهم أنهم أدوا ما عليهم من فريضة ، وهم فى الحقيقة قاموا بحركات فارغة المعنى فلا يكون هناك اتصال بالله فتقل خشيتهم منه ، فيسلوكوا سلوكا سيئا . وهم يتصورون بأدائهم صلاة النفاق هذه أنهم قاموا بكامل العبادة .

بينما الذين لا يصلون وسلوكهم أفضل يكونون مقتنعين بالصلاة، ويشعرون بالذنب لعدم أدائها ولكنهم لم يهتدوا بعد إلى المواظبة عليها . وهم يملكون طبيعة طيبة ولا ينقصهم إلا اكتسابهم لصفة الصلاة ، فتسمى طبيعتهم الطيبة .

ولأن الصلاة عند الصنف الأول عادة ومجرد إجراء روتينى فلا قيمة له ، وكأنها لم تكن . إذا فهذان الصنفان من الناس متساويات فى عدم الصلاة ، لأن صلاة لا قيمة لها تساوى بالضبط عدم الصلاة . وعندما

(١) فاتحة الكتاب (تفسیر الأستاذ الإمام الشیخ محمد عبده)

يتساوى هذان الصنفان فى عدم الصلاة تبقى طبيعة كل منهما ، فنجد أن طبيعة الصنف الثانى تكون أفضل من طبيعة الصنف الأول الذى يصلى وسلوكه سيئ ، وبالتالي يكون سلوك الصنف الذى لا يصلى أفضل .

وأحيانا يوجد أناس يصلون وسلوكهم طيب بالرغم من أن صلاتهم لا قيمة لها وكأنها لم تكن . ويرجع ذلك إلى أن طبيعتهم طيبة . وإن كان الويل لهم لأنهم فى صلاتهم ساهون كما تخبرنا الآية الكريمة: ﴿ فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ ۖ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ﴾ .

□ لنجعل من القوة عادة :

إذا كان فى الصلاة جزء عبارة عن عادة لأنها سلوك متكرر ، وبالطبع الجزء الأكبر منها هو الروح ، هو العبادة ذاتها . والسؤال الآن بعد أن يكتسب المسلم سلوك الصلاة ويصبح راسخا عنده ، يؤده خمس مرات فى كل يوم . أليس من الأفضل له أن يكتسب أيضا عادات قوة أخرى فتصبح شخصيته مجموعة من عادات القوة ، تلزمه فى حياته يؤديها بشكل رتيب وبطريقة آلية من غير بذل أى مجهود ، وأن يكتسب هذه العادات الجديدة بنفس الطريقة التى اكتسب بها عادة المواظبة على الصلاة، فتصبح شخصية هذا المسلم المصلى مرادفة لمعنى القوة .

تربط المواظبة على الصلاة بسلوك آخر ، فيصبح الاثنان متلازمين وكأنهما عادة واحدة ما أن تبدأ السلوك الأول حتى ينساب السلوك الثانى تلقائيا ، ومثال ذلك ربط صلاة العصر التى أصبحت سلوكا رسخا فى حياة المسلم ببعض التمرينات الرياضية مثلا . كل يوم بعد صلاة العصر يؤدى بعض التمرينات فمجرد الانتهاء من صلاة العصر يجد نفسه تلقائيا يقوم

بهذه التمرينات . وبهذه المواظبة سيحصل في النهاية ثمار القوة الناتجة عن التمرينات الرياضية المستمرة والمتمثلة في هيئة إحساس بالقوة الجسدية .

وكمثال ما حدث للأستاذ الجامعي وزوجته ، وكان مدعو إلى حفلة وصعد إلى غرفة نومه ليغير ملابسه ويرتدي ملابس تليق بالحفلة، ولكنه بمجرد أن خلع ملابسه ووضع نفسه في الفراش جاءه النوم . فذهبت إليه زوجته عندما تأخر عليها ، فوجدته نائما ، لأنه تعود على هذا التسلسل في الخطوات فمجرد أن بدأ في الخطوة الأولى تداعت عليه بقية الخطوات بتلقائية .

وبعد أن يكتسب المسلم المصلي عادة إيجابية ، عن طريق ربطها بالصلاة فتصبح سلوكا راسخا عنده يتجه لأن يكتسب عادة إيجابية أخرى . وهكذا إلى أن تصبح معظم عاداته صفات قوة لأن معظم سلوك الإنسان عبارة عن عادات .

فلماذا لا نجعل هذه العادات عادات إيجابية ، حتى يصبح معظم السلوك سلوكا إيجابيا .

وإن نجاح المصلي في اكتساب عادة الصلاة يؤدي إلى اكتساب عادات إيجابية أخرى مثل اكتساب عادة المواظبة على تنظيف الأسنان قبل الصلاة . وفي أثناء الصلاة الوقوف الصحيح أثناء القيام ، والجلوس الصحيحة ، والركوع الصحيح ، والسجود الصحيح . واكتساب عادة التركيز الذهني أثناء الصلاة ، وعادة ضبط النفس وغير ذلك من العادات .

يمكن إيجاز ما تقدم في النتائج الآتية :-

- ١- الصلاة عادة وعبادة: عادة لأنها سلوك متكرر ومواظب عليه يوميا ، وعبادة لأنها اتصال مقدس بين الخالق والمخلوق .
- ٢- معظم سلوك الإنسان عادات . وعادة الصلاة تجعلنا نؤدى الفروض بتلقائية وسهولة ، وهذا ما نراه عند كثير من المسلمين ولهذا يحثنا الرسول ﷺ أن نزرع عادة الصلاة فى النشء الغض من سن السابعة، وتندرج مع التربية فنضربهم عليها فى العاشرة ولهذا ينشأ العود الأخضر مستقيما ناميا على الصلاة .
- ٣- عندما تتحول الصلاة إلى عادة فقط يموت معناها وتفقد قيمتها .
- ٤- بعض المسلمين يجد صعوبة فى الصلاة . وهما صنفان : صنف يجهل حقيقة الصلاة . وصنف ثان مقتنع بها ولكنه لا يملك القدرة على المواظبة عليها وهذا الصنف الثان عليه أن يبدأ فورا ويواظب عليها ، وينضم إلى جماعة من المصلين ويجعل قدوته شخصا منهم .
- ٥- إذا تعذر على الشخص فى أن يدخل الصلاة عن طريق العبادة يمكن أن يكتسبها عن طريق العادة ، كوصفة أخيرة وهذا استثناء وليس قاعدة .
٦. الوصفة الأخيرة والتي هى أخف الضررين وتشمل :
 - ١- أن يعرف الهدف بالضبط أى أهمية الصلاة ، حتى يكون الدافع للمواظبة عليها بحجم الهدف .
 - ٢- التدرج فى خطوات اكتساب عادة الصلاة .
 - ٣- أن تكون الخطوة الأولى أبسط الخطوات .
 - ٤- ينتظم مع جماعة المصلين ويجعل منهم قدوة له .

٥- تكريس جهوده فى اللحظة الحاضرة فقط حتى لا يتشتت ذهنه فى حيز
زمنى كبير .

٦- ألا يتهاون مرة واحدة فى برنامجہ .

٧- استخدام الإيحاء الذاتى .

٧- إذا أتت الوصفة أكلها فقد ساعدت مسلما لا يصلى على أن يصلى ، وإذا
لم تتجح فإنه لن يكون هناك أى خسارة منها ، لأنه أصلا لم يكن يصلى.

٨- ليس معنى أن أناسا لا يصلون أفضل سلوكا من آخرين من المصلين أن
العيب يكمن فى الصلاة نفسها ، وإنما العيب يكمن فى أدائهم للصلاة
كعادة فتكون لا قيمة لها . وتبقى الطبيعة الأصلية ، فيتصادف أن يكون
للذين لا يصلون طبيعة شخصية أفضل .

٩- يمكن للمصلى أن يكتسب عادات أخرى عن طريق الربط بالصلاة ، حتى
يضمن لها المواظبة ، والمواظبة أهم صفة لاكتساب أى عادة.

الباب الخامس

الصلاة والوقت

- الوقت هو الحياة.
- يقظة الفجر.
- الصلاة توقيت حياة.
- الصلاة وتجنب الانتظار.
- هل فترة الصلاة وقت ضائع؟
- العادات توفير للوقت.

الصلاة .. والوقت

□ الوقت هو الحياة :-

والوقت مسئولية كبيرة ، والحفاظ عليه أهم من الحفاظ على المال ، فالمال يأتى ويذهب ولكن اللحظة التى تمر لا تأتى مطلقا . فدائما يجب الاستمساك بلحظات العمر واستغلالها فى إنجاز الأعمال ، والواجبات أكثر من الأوقات كما يقولون فلا يجب إلقاء لحظات العمر فى بالوعة الزمن .

والناس جميعا متساوون فيما يملكون من رصيد الوقت ، وفى كل يوم يملك كل إنسان أربعاً وعشرين ساعة ولا ينقص أحد من الناس من رصيده هذا . والاختلاف بين الناس يأتى فى استغلال رصيدهم من الوقت ، وإن عمر الإنسان هو رأس ماله الحقيقى وسوف يسأل عنه وعما أنفقه منه فى أعمال . ويقول رسول الله ﷺ: " لا تزول قدما عبد يوم القيامة حتى يسأل عن أربع عن عمره فيم أفناه وشبابه فيما أبلاه ، وعن ماله من أين اكتسبه وفيما أنفقه ؟ وعن علمه ماذا عمل فيه؟ " (١)

ويقول الأستاذ/ محمد الغزالي " ومن محافظة الإسلام على الوقت حثه على التكبير ورغبته فى أن يبدأ المسلم أعمال يومه نشيطا طيب النفس مكتمل العزم ، فإن الحرص على الانتفاع من أول اليوم يستتبع الرغبة القوية فى ألا يضيع سائرة سدى .

(١) الترمذى .

ونظام الحياة الإسلامية يجعل ابتداء اليوم من الفجر ويفترض اليقظة الكاملة قبل طلوع الشمس ويكره السهر الذي يؤخر صلاة الصبح عن وقتها المسنون . وفي الحديث " اللهم بارك لأمتي في بكورها " (١)

والله جلت قدرته يقسم بالوقت فيقول سبحانه ﴿ وَالْعَصْرِ ﴾ قال ابن كثير في ذلك إن الله تعالى أقسم بالزمان الذي تقع فيه أعمال بني آدم من خير أو شر ، والسورة تفيد أن الإنسان كل إنسان مغمور في الخسران والهلاك من كل جانب وليس أمامه للنجاة والفوز إلا طريق واحد لا يتعدد هو المذكور والمحدد بقوله تعالى : ﴿ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴾ .

هذا دليل أكيد على أن الوقت هو الفرصة للإنسان وهو نعمة إذا اغتنمها ونقمة إذا ضيعها لأنها مسئولية والرسول ﷺ يقول " اغتنم خمساً قبل خمس ، حياتك قبل موتك ، وصحتك قبل سقمك ، وفراغك قبل شغلك ، وشبابك قبل هرمك ، وغناك قبل فقرك " (رواه احمد في مسنده) . ومن الأقوال التي تحذر من ضياع فرصة الوقت " الوقت كالسيف إن لم تقطعه قطعك " (والزمن لا يقف محايداً ، إما صديق ودود أو عدو لدود) .

ويقول عمر بن عبد العزيز رضوان الله عليه " إن الليل والنهار يعملان فيك فاعمل فيهما " وكان الصحابة رضوان الله عليهم حرصين كل الحرص على اغتنام فرصة الوقت وكانوا يدعون ربهم أن يوفقهم في ذلك . وكان من دعاء أبي بكر رضي الله عنه " اللهم لا تدعنا في غمرة ، ولا تأخذنا على غرة ، ولا تجعلنا من الغافلين " .

(١) خلق المسلم .

وكان من دعاء عمر رضى الله عنه " اللهم نسألك صلاح الساعات
والبركة فى الأوقات " .

□ يقظة الفجر :-

لا بد من يقظة الفجر ، وليس مجرد استيقاظ عند الفجر للصلاة
وآثار النوم ما تزال فى الجفون ثم الاستسلام للنوم مرة أخرى . وكان
عملية النوم كانت مستمرة ولم تقطعها عبادة الصلاة التى أول ما تتطلب
هو اليقظة الكاملة ، فبدلاً من أدائها من خلال النوم ، وبذلك لا تكون صلاة
وإنما غفوة تؤدى من خلالها شكل الصلاة أى حركتها فقط.

لا بد من القيام من النوم للتمهيد لليقظة . وهذا يتطلب القيام مبكراً،
وليس قبل شروق الشمس لمجرد إدراك الصلاة قبل أن ينتهى وقتها ، حتى
يمكن أن تؤدى الصلاة والإنسان مالك لزمان عقله .

وعند الاستيقاظ وفتح العينين على فجر يوم جديد يكون الجسم
مسترخياً وملتصقاً فى الفراش والرغبة فى مواصلة النوم أكيدة .
وبمجرد كسر حاجز هذا الوضع والخروج من جاذبية الفراش خاصة فى
الشتاء عندما يكون دفء الجسد عاملاً قوياً فى جذب الإنسان للمحافظة
على حالة النوم تبدأ مرحلة الاستيقاظ .

والذى يساعد على كسر حاجز النوم هو الدافع القوى وهو صلاة
الفجر ، والصلاة هى الأهم دائماً ونقطة الابتداء . والحصول على اليقظة
بعد فترة التمهيد شئ طبيعى .

فالقطار لا يحصل على أقصى سرعته إلا بعد أن يبدأ الحركة ببطء، فيكسر أولا حاجز السكون الذى كان عليه ، ثم يسرع حتى يصل إلى النهاية القصوى لسرعته .

ومما يزيد من دافع اليقظة أن يكون فى رأس الإنسان أعمال يريد أن ينجزها ، وهذا أسلوب لمواجهة الواقع ، لأن هناك أناسا يتخذون من النوم وسيلة هروبية من الواقع ، بدلا من التعامل معه ومواجهته مع بداية اليوم الجديد .

هناك قول بأن كل شىء يسهل بالتدريب عليه ، إلا القيام مبكرا . وقد يكون هذا القول صحيحا إذا لم يكن هناك دافع قوى يجذب الإنسان من مغناطيسية الفراش ليشهد ميلاد يوم جديد . إنه يمكنه أن يتعود على الاستيقاظ فى وقت معين كل يوم الساعة الخامسة صباحا مثلا ، ولكن الصعوبة فى ألا يعود إلى النوم مرة أخرى وينهض من الفراش فذلك يحتاج إلى دافع إلى تعود فقط .

ومن الدوافع التى تضاف إلى دوافع الاستيقاظ مبكرا ، دافع التمتع بلذة اليقظة المبكرة وهذا دافع لا يأتى إلا للذى استمر فترة فى الاستيقاظ المبكر . فإن الذى يقوم مبكرا للسفر مثلا وليس هذا من عادته لا يشعر بلذة الاستيقاظ المبكر ، إنما الذى يشعر بها هو الذى تعود على هذا الاستيقاظ .

وبعد للاستيقاظ من النوم مباشرة يكون التمهيد لليقظة بممارسة كل العادات التى يؤديها الإنسان فى الصباح من غسل وجهه بماء بارد وتمارين رياضية بسيطة ، واستنشاق هواء صباح منعش وتناول طعام

الإفطار وتغير الهيئة التي كان عليها وهو في الفراش من استبدال ملابسه، ثم تأتي اليقظة ومن ثم يمكنه ممارسة فريضة صلاة الفجر وذهنه يقظ .

ويقول (جوردون بايرون) تحت عنوان أتح لنفسك الوقت الكافي " دلت التجربة والملاحظة أن الساعة الأولى من ساعات النهار تحدد مقدار ما يؤدي من أعمال في باقى ساعات النهار " .

فإذا بدأت يومك متأخرا عما يجب تكون النتيجة في جميع عملياتك طول النهار أن تتأخر جميعا وقد لا يتم فيها شيئا وتستطيع أن تتخلص من الإحساس باللهفة والعجلة بمجرد استيقاظك مبكرا بربع ساعة عن الوقت الذى اعتدت الاستيقاظ ويكون لذلك أثر على تهدئة أعصابك واسترخاء عضلاتك في اليوم كله .^(١)

وينقل إلينا الكاتب الأمريكى " ديل كارنيجى " عن الشاعر الهندى " كالى داسا " قصيدة بعنوان " تحية إلى الفجر " .

انظر إلى هذا اليوم
إنه الحياة .. جوهر الحياة
ففى ساعاته القليلة
تكمُن حقيقة وجودك
معجزة النعم
ومجد العمل
فالأمس ليس إلا حلمًا
والغد ليس إلا خيالًا
أما اليوم إذا عشناه كما ينبغى
فإنه يجعل من الأمس حلما سعيدا
ويجعل من الغد خيالًا حافلا بالأمل
هكذا يجب أن نحى الفجر^(٢)

(١) أتح لنفسك فرصة .

(٢) دع القلق .

□ الصلاة توقيت حياة :-

الصلاة هي العمود الفقري لنظام اليوم كله ، من مطلع فجره حتى مغيب شمسهِ وأوقاتها هي الفقرات التي يرتبط بها أضلع نشاط المسلم المصلي ، وبذلك لا يهرب الوقت منه .

فهناك ما يذكر المصلي بوقته دوما حتى يتحمل مسئوليته ، فلا تغيب قيمته عن ذهنه . كل آذان تذكرة لجزء من اليوم حتى لا تمر أجزاء اليوم تباعا لا يشعر المسلم بها ، فإن الآذان هو دقائق الزمن على المآذن .

ويقول الأستاذ محمد الغزالي " قد وزع الإسلام عبادته الكبرى على أجزاء اليوم وفصول العام ، فالصلوات الخمس تكتنف اليوم كله وأوقاتها تطرد مع سيره والمقرر في الشريعة أن جبريل نزل من عند الله ليرسل أوائل الأوقات وأواخرها ليكون من ذلك نظام محكم دقيق يرتب الحياة الإسلامية بقيسها بالدقائق من مطلع الفجر إلى مغيب الشفق :

﴿ فَسُبِّحْنَ اللَّهَ حِينَ تُمْسُونَ وَحِينَ تُصْبِحُونَ ﴾ (١) وَلَهُ الْحَمْدُ فِي السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَعَشِيًّا وَحِينَ تُظْهِرُونَ ﴾ (٢).

ولذلك كانت الصلاة على وقتها مهمة جدا . وقد حثنا رسول الله ﷺ على أهمية أدائها على وقتها فقال (أحب الأعمال إلى الله الصلاة على وقتها) (٣) فهي كالطعام الطازج حيويته في كونه طازجا أما تركه والسهو عنه يقتل من فائدته وهناك تفسير الآية الكريمة ﴿ فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ ﴾ (٤) الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ﴾ (٥) بمعنى أنهم يتأخرون عن صلاتهم في وقتها حتى إذا أدركهم الفرض التالي أسرعوا لأداء الفرض

(١) خلق المسلم .

(٢) روى ابن مسعود " أن رجلا سأل النبي (ﷺ) : أي الأعمال أفضل قال : الصلاة لوقتها " (الشيخان) .

(٣) الماعون .

السابق . فاستحقوا الويل والله سبحانه وتعالى يقول فى محكم كتابه ﴿ فَإِذَا قُضِيَتْهُمُ الصَّلَاةُ فَأَذْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ۝ ﴾ (١).

وبعد أن ينتهى المسلم من صلاته يسعى إلى إنجاز أعماله . بعد أن يعطى حق الله يعطى حق نفسه وحق الناس ، فالعمل الأهم هو الصلاة ثم يلى بعد ذلك بقية الأعمال . ولا يجب أن تطفى الصلاة على وقت المسلم فيقضى كل وقته فى بيوت العبادة . هذا مناف لروح الإسلام . والله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ۝ ﴾ (٢).

الصلاة عمل من أعمال العبادة يجب أن يتبعه أعمال الرزق ، وبالتالي هى حفاظ على الوقت لإنجاز الأعمال . والرسول ﷺ عندما علم أن رجلا نذر حياته كلها للعبادة رفض ذلك وقال ما معناه أن حياة المسلم متوازنة ومن يوقف حياته على عنصر واحد فقط فإنه ليس من الإسلام ، والرسول ﷺ يقول أيضا (لا رهبانية فى الإسلام) .

والإسلام يحرص على عدم نشر لآلى الزمن على الرمال . فعندما جعل الأعراض عن اللغو من معالم الإيمان ، كان يحرص على عدم إضاعة الوقت فيما لا يفيد . والمسلم لابد أن يحرص على كل دقيقة من عمره ، فيما أنفقها ، وهى مسئولية فى عنقه . والصلاة تذكرة دائمة على مدار اليوم لمسئوليته هذه .

(١) النساء ١٠٣ .
(٢) الجمعة ١٠ .

والأستاذ محمد الغزالي يقول " والإسلام نظر إلى قيمة الوقت في كثير من أوامره ونواهيه . فعندما جعل الأعراض عن اللغو من معالم الإيمان كان حكيما في محاربة طوائف المتبطلين الذين ينادى بعضهم بعضا: تعالوا نقتل الوقت بشيء من التسلية وما درى الحمقى أن هذا لعب بالعمر وأن قتل الوقت على هذا النحو إهلاك للفرد وإضاعة للجماعة " (١)

وحتى يحافظ المسلم على لحظة حاضرة سليمة ، فعليه أن يضع حاجزا بينه وبين الماضي فلا يتحسر على ما مضى ، إن في تحسره تحطيم للحظة الحاضرة التي هي بالفعل عمره الواقعي والتي إذا عاشها كما ينبغي فإنها ستصبح ماضيا جميلا للحظة مستقبلية . أما إذا أضاعها فسيدخل في الحلقة المفرغة . ويكون من عادته التحسر على ما مضى . والرسول (ﷺ) يقول لنا - ما معناه - حتى نحطم تلك الحلقة المفرغة ، (لا تقول لو كنت فعلت كذا لكان كذا فإن لو تفتح عمل الشيطان) ، والله سبحانه وتعالى يقول في كتابه العزيز ﴿ لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا ءَاتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ۝١٢١ ﴾ (٢)

الحياة القصيرة ، بل هي أقصر من أن نقصرها في الاهتمام بتوافه الأمور والتي تضيع الوقت .. تضيع العمر ، بدلا من انتهاز فرصة الحياة وجمع رصيد من الأعمال الصالحة ، لأنها هي التي ستبقى مع الإنسان بعد انتهاء أجل الدنيا ويصور القرآن الكريم هذا المعنى أروع تصوير عندما يفاجأ الإنسان بالآخرة : ﴿ كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحًى ۝١٢٢ ﴾ (٣)

(١) خلق المسلم .
(٢) الحديد ٢٣ .
(٣) النازعات ٤٦ .

كذلك من روح الإسلام أن يعيش الإنسان لحظته الحاضرة في إنجاز ما بين يديه من أعمال ولا يفتنّها بالتطلع إلى نتيجة تلك الأعمال أي العيش في المستقبل لأن الله سبحانه وتعالى هو وحده الذي يعلم الغيب كما أن نتائج الأعمال هو الذي يقررّها ﴿ إِنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ عِلْمُ السَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ الْغَيْثَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْأَرْحَامِ وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ مَّاذَا تَكْسِبُ غَدًا وَمَا تَدْرِي نَفْسٌ بِأَيِّ أَرْضٍ تَمُوتُ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴾^(١) إن على الإنسان السعى فقط خلال لحظته الحاضرة .

وبهذا يحرر المسلم نفسه من التحسر على الماضي الذي انتهى ، ومن العيش في المستقبل المجهول الذي لا يعلمه إلا الله علام الغيوب . وبذلك يضمن لحظاته المكتملة والحاضرة والمتجددة فيستفيد تماما من وقته . وفي الحديث " أحرص على ما ينفعك ، واستعن بالله ، ولا تعجز وإن أصابك شيء فلا تقل : لو أنى فعلت كذا لكان كذا " .

□ الصلاة وتجنب الانتظار :-

إن الوقت الذي يمضي في ترقب حدث من الأحداث أو معرفة نتيجة من النتائج هو وقت ضائع . تماما مثل ما يحدث لركاب سفينة تعبر بهم البحر قليل منهم من صعد إلى سطح السفينة حتى يتمتع بالرحلة أما الباقي فكل عملهم هو الانتظار وترقب الوصول إلى الشاطئ ، أما بالنسبة للفترة من الوقت التي يقضونها في السفينة حتى يصلوا إلى الشاطئ هو وقت ميت لأنهم قتلوه في الانتظار ، وبالتالي فهذا خسارة في رصيد عمرهم .

(١) لقمان ٣٤ .

وهذا يشبه الإنسان الذى ينتظر القطار ويظل عقله فى غيبوبة حتى يصل القطار وقد يمضى فى هذه الحالة فترة طويلة من الوقت وهذا بالتأكيد وقت ضائع من حياته ، إن لدى المرء رصيذا ثابتا من الوقت ينفقه كل يوم. والانتظار بالوعة يسقط فيها كثير من الوقت فيضيع على صاحبه . والإنسان الذى ينفق وقته فى الانتظار ينفقه بطريقة سيئة وإذا أمكنه أن يتجنب الانتظار فسوف يحافظ على وقته الذى هو بالقطع حياته .

إن الحل الأكيد لتجنب الانتظار هو أن يكون الإنسان مع عقله دائما ولا يهتم المكان الذى يشغله جسده أكان فى قطار أو سفينة أو حتى فى قهوة مزدحمة أو غير ذلك من الأماكن الخالية أو المزدحمة ، المهم أن يكون مع عقله دائما . فالإنسان صاحب العقل المشتت المضطرب لا يعيش حياة حقيقية وحتى يجد وجوده كاملا لابد من سيطرته على ذهنه بتركيزه فى أى موضوع يريد . لأن السيطرة على العقل هى العنصر الأول للوجود الكامل .

والعلاء هى أفضل عمل لتوفير الوقت عن طريق التركيز الذهني من ناحيتين :

الناحية الأولى : هى تركيز الذهن أثناء الصلاة والذى جعل فترة أدائها فترة من الوقت يعيشها المصلى ، وليست فترة انتظار للانتهاء من الصلاة .

الناحية الثانية : تقوم الصلاة بغرس عادة التركيز الذهني عند المصلى، وهى العادة التى تحفظ الإنسان وقته لأنه يكون دائما مع عقله ، والحديث عن هذا الموضوع بالتفصيل فى الجزء الخاص (بالصلاة والتركيز الذهني) .

□ هل فترة الصلاة وقت ضائع ؟

إذا استعرضنا صلاة الفروض وهي خمس وجدناها لا تزيد في الغالب عن ساعة ونصف ينفقها المصلي خلالها . ولكن هل هذا الوقت ضائع ؟ .

الواقع لو أنفق الوقت في سبيل الله ، وطلب مرضاته فهذا يكفي لأي مؤمن بالله . ولكننا لو أمعنا النظر نجد أن هذا الوقت فضلا على أنه عبادة ، إلا أنه يفيد حياة الإنسان الدنيوية . كيف ؟ .

اقتضت الحكمة الإلهية أن يكون الإسلام بما فيه من عبادات وعمادها الصلاة لخير الدنيا والآخرة ، بل إن خير الدنيا الطريق إلى خير الآخرة فالإسلام جاء لينظم للناس حياتهم ليعيشوا عيشة راضية في الدنيا ، وعلى قدر استجابتهم لهذا النظام يكون ثواب الآخرة . فيكون طريق الدنيا طريقا لثواب الآخرة .

ولتوضيح أن الإسلام للدنيا والآخرة ، ننظر إلى الصلاة وهي تشبه الذرة التي هي أصغر وحدة بنائية في تركيب الكون ، تحوى في طياتها عالما من الحركة والطاقة والتنسيق يكاد يشبه عالمنا الذي نعيشه . وكذلك الصلاة تشمل على جميع أركان الإسلام من حج وزكاة وصيام وصلاة ، وكل هذه الأركان لها نفع دنيوي للفرد والجماعة .

فالصلاة تشمل على الحج لأننا نتجه إلى القبلة في صلاتنا . وتشمل على الزكاة لأننا ننفق وقتا فيها كان يمكن أن نستغله في عمل يدر علينا ربحا . وتشمل عمل الصيام لأننا لا نأكل أثناء الصلاة .

وأركان الإسلام كلها لمصلحة الدنيا والآخرة . فالزكاة مثلا فضلا على أنها عبادة والهدف منها إرضاء الله أولا وأخيرا إلا أن لها فائدة

دنيوية تعم المجتمع كله ، وفضلها على الناس أن تشمل روح المحبة بينهم بدلا من الحقد .

وكذلك الصلاة فترة أدائها فترة إعداد لمواصلة الحياة والحفاظ على الوقت ويأتى ذكر كيف أن الصلاة فترة إعداد لمواصلة الحياة بالتفصيل فى الجزء الخاص (بالصلاة والحيوية) . وأن الفترة التى تقضيها الآلة فى عملية الصيانة والتشحيم ليست فترة فاقدة من عمرها، ولكنها فترة ضرورية ولازمة لإنتاجها والمحافظة عليها ، كذلك الصلاة فترة إعداد تزيد من قيمة الوقت فى اليوم كله.

□ العادات توفير للوقت :-

تم شرح العلاقة الخاصة بين الصلاة والعادة فى الجزء المسمى (الصلاة والعادة) وعرفنا أن من مميزات العادة الأساسية أنها توفير للوقت والصلاة لأنها عادة راسخة تتحول إلى طبيعة ثانية عند المسلم الذى يواظب عليها ، ولذلك يمكن ربط العادة الجديدة الإيجابية التى يرغب المصلى فى أن يكتسبها مع الصلاة .

وكمثال إذا كان هناك طالب متعود على أن يلبس ساعته كل يوم فى الصباح وهذه العادة بمرور الزمن أصبحت راسخة عنده، ويريد هذا الطالب أن يملأ قلمه بالحبر فى صباح الامتحان فما عليه إلا أن يضع قلمه بجوار الساعة ليلا ، فعندما يمارس ما تعود عليه فى الصباح وهو لبس الساعة سيجد القلم أمامه فيقوم بملئه بالحبر .

فالشخص الذى يرغب فى أن يكتسب عادة غسل الفم بمعجون الأسنان يمكنه أن يربط ذلك بالعادة الثابتة عنده وهى الصلاة فعند كل صلاة

يُحَسِّلُ فَمَهُ بِالْفَرَشَاءِ وَبِالاسْتِمْرَارِ عَلَى هَذَا الْعَمَلِ يَزْرَعُ الْعَادَةَ الْجَدِيدَةَ وَهِيَ الْمَوَاضِبَةُ عَلَى اسْتِخْدَامِ الْفَرَشَاءِ وَمَعْجُونِ الْأَسْنَانِ .

كَذَلِكَ يُمْكِنُ أَنْ يَرْبِطَ الْمُسْلِمَ عَادَةُ التَّفْكِيرِ الْعِلْمِيِّ بِالصَّلَاةِ ، وَذَلِكَ بِأَنَّهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ بَعْدَ صَلَاةِ الْفَجْرِ مِثْلًا يَبْدَأُ فِي التَّفْكِيرِ فِي مَوْضُوعٍ يَشْغُلُ اهْتِمَامَهُ بِالطَّرِيقَةِ الْعِلْمِيَّةِ . وَبِمَرُورِ الْوَقْتِ يَكْتَسِبُ التَّفْكِيرِ الْعِلْمِيِّ فِي مُخْتَلَفِ الْمَوَاضِيعِ وَهَكَذَا بِاِكْتِسَابِ الْمَرْءِ لِلْعَادَاتِ الْإِيجَابِيَّةِ الْمُخْتَلِفَةِ يَوْفِرُ كَثِيرٌ مِنَ الْوَقْتِ ، فَالْعَادَةُ بِطَبِيعَتِهَا تَوْفِرُ الْوَقْتَ .

وَبِاِكْتِسَابِ الْمَصْلِيِّ عَادَاتٍ إِيجَابِيَّةٍ مُرْتَبِطَةٍ بِالصَّلَاةِ يَكُونُ نِظَامُ حَيَاتِهِ مُحَدَّدَ الْمَعَالِمِ بِإِطَارِ الصَّلَاةِ . وَبِالتَّالِيِ فَالصَّلَاةُ ضَبْطٌ لِلْمَصْلِيِّ تَرْكِيبُهُ الْجِسْمَانِيَّ ضَبْطًا فَسِيُولُوجِيًّا . فَتَعُودُ الْمَصْلِيُّ الْقِيَامَ فِي الْفَجْرِ يَجْعَلُهُ مَتَعُودًا عَلَى تَنَاوُلِ إِفْطَارِهِ فِي وَقْتٍ ثَابِتٍ كُلِّ يَوْمٍ ، وَكَذَلِكَ التَّخْلُصُ مِنْ فُضَلَاتِ الطَّعَامِ فِي مَوَاعِيدٍ ثَابِتَةٍ أَيْضًا وَكَذَلِكَ الْعَدِيدُ مِنَ الْعَادَاتِ يَكُونُ مُرْتَبِطًا بِالصَّلَاةِ فِي نِظَامٍ مُحْكَمَةٍ . وَهَذَا النِّظَامُ يَحْرُرُ الْمَصْلِيَّ مِنَ الْفَوَاضِي وَالْإِرْتِبَاكِ فِي حَيَاتِهِ ، مِمَّا يَسْهَلُ لَهُ اسْتِخْلَاصُ الْوَقْتِ فَالْإِنْسَانُ الْمُضْطَرَّبُ وَالَّذِي لَا يَسِيرُ عَلَى أَى نِظَامٍ فِي حَيَاتِهِ نَجْدُهُ عِنْدَمَا يَذْهَبُ إِلَى الْفَرَاشِ لِيَنَامَ مِثْلًا يَأْخُذُ وَقْتًا قَبْلَ أَنْ يَنَامَ ، لِأَنَّهُ لَيْسَ مَتَعُودًا عَلَى نِظَامٍ ثَابِتٍ فِي النَّوْمِ وَالْيَقِظَةِ . وَهَذَا النِّظَامُ فَضْلًا عَلَى أَنَّهُ صَحِيٌّ وَحَيَوِيٌّ إِلَّا أَنَّهُ بِالتَّأَكِيدِ يَزِيدُ دُخْلَنَا مِنَ الْوَقْتِ وَيَحْرُرُنَا مِنَ الْفَوَاضِي وَالْإِضْطِرَابِ .

يمكن إيجاز ما تقدم في النتائج الآتية :

- ١- الوقت هو الحياة والحفاظ عليه مسئولية إسلامية أمام الله .
- ٢- يقظة الفجر يقظة لليوم كله ، وأهم دافع إليها صلاة الفجر .
- ٣- الاستيقاظ المبكر يقضى على اللهفة والعجلة ، وهى ميزة ممتازة للاستفادة من الوقت .
- ٤- الصلاة هى العمود الفقرى لنظام اليوم كله ، وأوقاتها هى الفقرات التى يرتبط بها أضلع نشاط المسلم .
- ٥- الصلاة تحافظ على الوقت، فهى تذكرة منظمة ومستمرة على مدار اليوم لقيمة الوقت.
- ٦- الصلاة تعود الإنسان على تجنب الانتظار لأن فترة أداء الصلاة فترة عبادة وليست فترة ترقب أحداث فتوفر له الوقت الضائع فى الانتظار.
- ٧- الصلاة هى الأهم دائما . وتحديد درجات الأهمية يحقق الحسم الذى يوفر الوقت .
- ٨- وقت الصلاة ليس فترة ضائعة من الحياة العملية ، فترة تشحيم الآلة وصيانتها ليست فترة ضائعة من عمر الآلة .
- ٩- الصلاة كسلوك راسخ ممكن أن يساعد على اكتساب عادات إيجابية أخرى بطريق الربط ، والعادة بطبيعتها توفر الوقت.
- ١٠- ارتباط المسلم بالنظام الإسلامى الذى أساسه الصلاة يتيح للمسلم استقبال فترة النوم بهدوء ودون سهر ، مما يجعل النوم نفسه ليس وقتا ضائعا .

الباب الساوس

الصلاة والمجتمع

- الصلاة ووحدة المجتمع.
- صلاة الجماعة والمسجد.
- صلاة الجماعة وتماسك المجتمع.
- صلاة الجماعة وقوة المجتمع.

الصلاة والمجتمع

فى الفصول السابقة كان الحديث عن أثر الصلاة على الفرد عقله جسمه نفسه .. الخ ولكن ما أثر الصلاة على المجتمع الذى يعيش فيه هذا الفرد ؟ هذا هو موضوع هذا الجزء والذى يتناول الصلاة ، وحدة المجتمع وتماسكه وقوته ، والتغيير الاجتماعى الذى تحدثه الصلاة لصالح المجتمع.

□ الصلاة ووحدة المجتمع :

المسلم هو إنسان مصلى ، والرسول (ﷺ) يقول " بين العبد والكفر ترك الصلاة " (رواه مسلم فى صحيحه) والمسلم الذى يعرف أهمية الصلاة ولا يصلى فهو مسلم بشهادة الميلاد فقط . أما المسلم الذى لا يدرك حقيقة الصلاة وخطورتها ولا يصلى فإنه ربما يكون له بعض العذر ، وعلى المسلمين حوله أن ينبهوه للأهمية القصوى للصلاة، حتى يتحمل الأمانة واضحة أمام عينيه .

ولذلك على المسلمين جميعا المصلين منهم ، والداعين إلى الإسلام أفرادا أو جماعات أو هيئات أن يوضحوا حقيقة الصلاة لمن لا يصلى بطريقة ليست منفرة ، ولكنها مقنعة . فالدعوة إلى الصلاة هى الأهم ونقطة البدء حتى تسود الصلاة بين أفراد المجتمع .

وعندما نجد مجتمعا قلت نسبة عدد المصلين فيه ، تكون صبغة الإسلام فى هذا المجتمع غير واضحة ، لذلك عندما كان الرسول (ﷺ) يغزو قوما غير متأكد من إسلامهم، كان ينتظر حتى يحين ميعاد الصلاة، فإذا سمع المؤذن كان ذلك دليلا واضحا على الإسلام، وإلا كان يغزوهم .

إننا عندما نجد مجتمعا النسبة الغالبة فيه تؤدي الصلاة فهذا المجتمع يغلب عليه الطابع الإسلامي . وكل فرد مصل هو وحدة بناء تشكل هذا المجتمع الإسلامي ، فالمسألة نسبية عندما تزيد نسبة المصلين في المجتمع يكون اتجاه المجتمع إسلاميا ، والعكس صحيح .

والصلاة هي مادة الربط بين المسلمين فوحدات البناء لابد أن يكون لها رابط ، كما أن الأسمنت هو الرابط بين وحدات الطوب في بناء العمارة ، وبدونه تتحول العمارة إلى مجموعة من الطوب لا كيان بنائيا لها . والرابط في مجموعة المصلين هو صلاة الجماعة ، وهو الذي يجمع أفراد المصلين لتتكون الجماعات الإسلامية ، ولذا كان أيام الرسول (ﷺ) عندما كان يحدث أمر يحتاج إلى مواجهة المجتمع الإسلامي ، كان يعلن المنادى الصلاة جامعة ، فيهرع إلى المسجد الجميع بناء واحدا متماسكا .

وبالدين الإسلامي وعماده الصلاة آية الله في خلقه العرب . لقد تحققت فيهم الوحدة وهذا ما لم يحدث في التاريخ ، ولم يملك (مايكل هارت) إلا أن يعترف بهذه المعجزة في كتابه " الخالدون مائة أعظمهم محمد رسول الله ﷺ " (ترجمة الأستاذ أنيس منصور) يقول : " إذا استعرضنا التاريخ فإتينا نجد أحداثا كثيرة من الممكن أن تقع دون أبطالها المعروفين ولكن من المستحيل أن يقال ذلك عن البدو وعن العرب عموما وعن إمبراطوريتهم الواسعة دون أن يكون هناك محمد (ﷺ) " .

ويقول أيضا " كان البدو من سكان شبه الجزيرة العربية مشهورين بشراستهم في القتال ، وكانوا ممزقين أيضا رغم أنهم قليلو العدد . ولم يكن لهم قوة أو سطوة العرب في الشمال الذين عاشوا على الأرض المزروعة ولكن الرسول استطاع لأول مرة في التاريخ أن يوحد

بينهم" . فبالدين الإسلامى وعماده الصلاة تتم آية الله فى العرب ، وتتم الوحدة التى لم تحدث فى التاريخ قبل ذلك ، وهذا الذى ذكره مايكل هارت على أنه معجزة مذكور فى القرآن الكريم حيث يقول الله سبحانه وتعالى :

﴿ وَأَلْفَ بَيْتٍ قُلُوبِهِمْ^١ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَّا أَلْفَتْ بَيْتَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلْفَ بَيْنَهُمْ^٢ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾^(١).

ويقول العلى القدير ﴿ وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا^٣ وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلْفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا وَكُنْتُمْ عَلَى شَفَا حُفْرَةٍ مِنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُمْ مِنْهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ ﴾^(٢).

فالوحدة وتآليف القلوب ، هى النعمة والآية التى أعطاها الله سبحانه وتعالى للعرب بالإسلام وعماده الصلاة ، والآن وبالرغم من وجود البترول أنهارا فى بلاد العرب فالوحدة لا تتم ، لأنها لا تتم إلا بالإسلام ، فأية الله فى المسلمين وفى الأمة العربية تتحقق وجودا وعدما مع العلة وهى الإسلام .

فبالإسلام تحدث الوحدة ، إما بالقومية ، أو الوطنية ، أو التقدمية أو العلمانية أو أية دعوى أخرى غير الإسلام لا تحقق الوحدة بين العرب فبالرغم من الأموال البترولية الطائلة لم تتحقق الوحدة بين العرب لأنهم بعدوا عن إسلامهم ، مصدقا لقول الحق : ﴿ وَأَلْفَ بَيْتٍ قُلُوبِهِمْ^٤ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَّا أَلْفَتْ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ أَلْفَ بَيْنَهُمْ^٥ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾.

(١) الأنفال ٦٣ .
(٢) آل عمران ١٠٢ .

هذا الذى لاحظته مايكل هارت من أمر المسلمين والإسلام ، لاحظ مثله موريس بوكلى عندما قارن بين الأديان الثلاثة فى ضوء المعارف الحديثة ، فقد اكتشف الإعجاز العلمى للقرآن الكريم بطريقة مذهلة قال عنها " فليس الإعجاز مقصورا على البلاغة فقط والتي أذهلت العرب أصل البلاغة فى ظهور الإسلام ، وإنما هو مصدر إشعاع من الإعجاز لا يتوقف". ولو رفع العرب قناع التعصب لاكتشف فى الشرق كنز الكنوز وهو الإسلام ، والذى لا يقارن أبدا بما اكتشفه من كنوز البترول فى الشرق.

□ صلاة الجماعة والمسجد :-

إن صلاة الجماعة فى المسجد تعنى نمو الحياة الاجتماعية للمسلمين ، ماذا لو تركها المسلمون وأقامها كل فرد فى منزلة ، إن المساجد سوف تخلو من روادها ، وبالتالي تخبو الروح الإسلامية ويصبح المسلمون متفرقين كل فى ناحية . فلا جماعة . إذن فلاقوة .
إن المادة تتكون من ذرات ، وعندما تتفتت المادة إلى ذرات تصبح كل ذرة لا ترى بالعين المجردة ، وليس لها الوزن المحسوس . هكذا إذا اجتمع المسلمون فى المسجد أصبحوا كتلا بشرية لها الحجم الواضح ، والوزن المؤثر .

ويقول ابن القيم الجوزية " فإن الصلاة فى المسجد من أكبر شعائر الدين وعلاماته وفى تركها بالكلية أو فى المفاصد ومحو آثار الصلاة بحيث تقضى إلى فتورهم أكثر الخلق عن أصل فعلها ، ولهذا قال عبد الله ابن مسعود : " لو صليتم فى بيوتكم كما صلى هذا المتخلف فى بيته لتركتم

سنة نبيكم ولو تركتم سنة نبيكم لضللتم " . والإمام أحمد في سننه عن النبي (ﷺ) " ما من ثلاثة في قرية لا يؤذن ولا تقام فيهم الصلاة إلا استحوذ عليهم الشيطان فعليك بالجماعة فإما يأكل الذئب من الغنم القاصية " .

والله سبحانه وتعالى لم يسقط صلاة الجماعة حتى في الحرب :
﴿ وَإِذَا كُنْتَ فِيهِمْ فَأَقَمْتَ لَهُمُ الصَّلَاةَ فَلْتَقُمْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا أَسْلِحَتَهُمْ فَإِذَا سَجَدُوا فَلْيَكُونُوا مِنْ وَرَائِكُمْ وَلْتَأْتِ طَائِفَةٌ أُخْرَى لَمْ يُصَلُّوا فَلْيُصَلُّوا مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا حِذْرَهُمْ وَأَسْلِحَتَهُمْ ﴾ .^(١)

والسؤال الآن هل يمكن أن تقام صلاة الجماعة في غير المسجد؟
إنه لو أقامها المسلمون في غير مساجدهم ستتغير أحوالهم ، فكل واحد منهم يمكنه أن يجمع أفرادا من أسرته فيؤدي بهم صلاة الجماعة في منزله ، وإذا تحقق هذا تهجر المساجد ، فلا تصبح مركز تجمع للمسلمين فيفقد المسلمون أهم وأقوى عامل لترابطهم .

وفي سنة الرسول (ﷺ) وقرآن الله الحكيم نجد الإجابة على السؤال السابق بلا لبس أو إبهام يقول رسول الله (ﷺ) " لا صلاة لجار المسجد إلا في المسجد وقيل ما جار المسجد قال : من سمع المنادى " (رواه الإمام أحمد) . ويقول أيضا الإمام أحمد عن رسول الله (ﷺ) " من سمع المنادى فلم يجبه من غير عذر فلا صلاة له " إذن صلاة الجماعة تعنى أساسا إقامتها في المسجد .

(١) النساء ١٠٢ .

وبلغ من حرص رسول الله (ﷺ) على إقامة صلاة الجماعة في المسجد أنه لم يرخص لأعمى طلب منه ذلك روى مسلم في صحيحه عن أبي هريرة " أتى النبي (ﷺ) رجل أعمى فقال يا رسول الله ليس لي قائد يقودني إلى المسجد فسأل رسول الله (ﷺ) أن يرخص فرخص له فلما ولى دعاه فقال : هل تسمع النداء قال نعم قال : فأجب " . لقد منع الرسول (ﷺ) الرخصة عن الأعمى الذي له العذر ، فما بالنا بالذي يرى ويسمع وليس لديه أى عذر؟ .

وقد وصلت حدة الغضب برسول الله (ﷺ) في الذين لا يصلون جماعة في المسجد أنه قال كما روى أبو هريرة " لقد هممت أن أمر رجلا يصلى بالناس ثم أخالف إلى رجال يتخلفون عنها فاحرق عليهم بيوتهم " وفي حديث آخر يوضح لنا الرسول (ﷺ) لماذا لم ينفذ تهديده؟ ، فيقول الإمام أحمد عن الرسول (ﷺ) " لولا ما في البيوت من النساء والذرية أقمت صلاة العشاء وأمرت فتياتي يحرقون ما في البيوت بالنار " .

لقد اجمع الصحابة رضوان الله عليهم على صلاة الجماعة في المسجد ، ويقول ابن مسعود " رأيتنا وما تخلف عنها إلا منافق معلوم النفاق " وقال أبو هريرة " لأن تمتلئ أذننا ابن آدم رصاصا مذابا خير له من أن يسمع النداء ثم لا يجيبه " . فحقيقة صلاة الجماعة أنها تؤدي في المسجد ولا تسقط إلا بعذر ، وفي الصحيحين عن أبي هريرة عن النبي (ﷺ) " إن صلاة الرجل في الجماعة تضعف عن صلاته في بيته وسوقه خمسا وعشرين ضعفا " وأيضا في الصحيحين قال رسول الله (ﷺ) " صلاة الجماعة تفضل صلاة الفذ بسبع وعشرين درجة " .

وفى أحاديث الرسول (ﷺ) نلمس بوضوح درجة المفاضلة بين الصلاة الفردية وصلاة الجماعة فى المسجد فهى بنسبة ١ : ٢٧ لصالح صلاة الجماعة ، وعندما يكون لدينا خمس فروض فى اليوم الواحد فيكون حصيلة ذلك من الدرجات لصلاة الجماعة فى المسجد $135 = 27 \times 5$ درجة ، بينما تكون حصيلة الصلاة الفردية فى اليوم $5 = 1 \times 5$ درجات فقط . من هذه المعادلة العديدة نلمس الفرق الواضح فى الفضل بين صلاة الجماعة فى المسجد وصلاة الفرد خلال اليوم الواحد، فما بالناس بالشهر ، أو بالعام ، أو خلال عمر الفرد.

ولكن من ذلك الذى يحصل على ثواب الصلاة الفردية كاملاً غير منقوص ؟ فإن كل من يصلى صلاة فردية يحصل على جزء من هذه الدرجة على قدر اجتهاده الصلاة الفردية تساوى درجة واحدة - فى صلاته وخشوعه فيها والرسول (ﷺ) يقول " ليس للعبد من صلاته إلا ما عقل منها ، فعلى قدر اجتهاده فى صلاته يأخذ نصف الدرجة أو أقل أو أكثر " . ويقول ابن القيم الجوزية " عن الصلاة الفردية للمسلم وأحسن أحوالها أن ترفع عنه العقاب وإن حصلت شيئا من الثواب فهو جزء " .

وصلاة الجماعة فى غير المسجد أفضل من الصلاة الفردية ، فقد ورد فى الحديث " إن صلاة الرجل مع الرجل أنكى من صلاته وحده وصلاته مع رجلين أنكى من صلاته مع رجل وما أكثر فهو أحب إلى الله عز وجل " . ولكن ليس الصلاة الجماعة فى غير المسجد الثواب المتضاعف الذى لصلاة الجماعة فى بيت الله ، فهى قد تزيد من الثواب الصغير لصلاة الفرد ، ولكنها بالقطع لا تبلغ المرتبة العالية لفضل الصلاة فى بيوت الله .

والله سبحانه وتعالى ربط بيد الصلاة وبين معادلة الحسنات والسيئات عند الإنسان فقال سبحانه : ﴿ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُلْفًا مِّنَ اللَّيْلِ إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ۚ ذَٰلِكَ ذِكْرُى لِلذَّاكِرِينَ ﴾ وإن فرصة حسنات صلاة الجماعة في المسجد قادرة بإذن الله في مساعدة الإنسان على أن ينجو من سيئاته ، فإن النجاح الحقيقي في الدنيا هو زيادة ميزان الحسنات : ﴿ فَأَمَّا مَن ثَقُلَتْ مَوَازِينُهُ ۖ فَهُوَ فِي عِيشَةٍ رَّاٰضِيَةٍ ۖ ﴾ (١).

حتى لا يفاجأ الإنسان الالهي الغافل بالموت ، ويشعر بضياح فرصة الدنيا ويقول : ﴿ يَقُولُ يَلِيَّتَنِي قَدَّمْتُ لِحَيَاتِي ﴾ ويقول الله سبحانه وتعالى للذين أضاعوا أهم فرصة للحصول على الثواب وهي الصلاة .

﴿ يَوْمَ يُكْشَفُ عَن سَاقٍ وَيُدْعَوْنَ إِلَى السُّجُودِ فَلَا يَسْتَطِيعُونَ ۖ خَشِيعَةً أَبْصَرُهُمْ تَرَهِقُهُمْ ذِلَّةٌ وَقَدْ كَانُوا يُدْعَوْنَ إِلَى السُّجُودِ وَهُمْ سَالِمُونَ ۖ ﴾ (٢).

وكمثال للتوضيح :

إننا نجد في نظام امتحانات المدارس أن هناك مواد أساسية لابد أن ينجح الطالب فيها ، وإلا اعتبر راسبا ، فلو نجح في جميع المواد إلا مادة واحدة أساسية سقط . كذلك في الصلاة فيقول رسول الله (ﷺ) " أول ما يحاسب به العبد يوم القيامة الصلاة فإن فسدت فسد سائر أعماله " والله سبحانه وتعالى يقول للذين فشلوا في امتحان الدنيا ورسبوا في النار لأنهم

(١) القارعة.

(٢) القلم.

فشلوا في مادته الأساسية ... الصلاة . يقول الله سبحانه لهم ﴿ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ ﴾ ﴿١٧﴾ قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ ﴿١٨﴾. (١)

ولكون الصلاة هي عماد الدين ، فهي بالتالي المصدر الأكبر للحصول على درجات الثواب وفضل الله . ويقول الله سبحانه وتعالى في الذين يبتغون فضله من مصدره الأساسي : ﴿ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِّنْ أَثَرِ السُّجُودِ ﴾.

فالفالح حقا هو الذي يحرص على الصلاة الخمسة فروض جماعة في المسجد ، لأن حرصه هذا هو حرص على ١٣٥ درجة في اليوم الواحد ، أما الذي لم يدخل المسجد في يومه فاتمه من الخاسرين ، والذي يؤدي صلاة ثلاثة فروض جماعة في المسجد أفضل من الذي يؤدي فرضا فقط ، إذن لكل مسلم أن يراجع نفسه يوميا ، ويعرف كم اغتنم من فروض صلاة الجماعة في المسجد ؟ والله سبحانه وتعالى وهو يذكر المفلحين :

﴿ وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ ﴾.

وكثرة القدوم إلى المسجد لأداء الفروض هو الشاهد والدليل على إيمان المسلم فإذا كان المسلم إنسانا مصليا ففي الحديث " بين العبد والكفر ترك الصلاة " فإن المؤمن هو إنسان يألف المسجد لكثرة التردد عليه ، وعن الإمام أحمد عن رسول الله (ﷺ) " إذا رأيت الرجل يعتاد المسجد فاشهدوا له بالإيمان " ويقول الرسول (ﷺ) أيضا " من ألف المساجد ألفه الله تعالى " (الإمام أحمد) .

بهذا كان للمسجد الفضل الأكبر في حياة المسلمين ، وعلى المسلمين أن يعمروه بالبناء والمصلين ، عن النبي (ﷺ) قال " من بنى لله مسجداً ولو كمفحص قطاة لبيضها بنى الله له بيتاً في الجنة " (نيل الأوطار) . ومفحص قطاة لبيضها تشبيهه يبين به الرسول الكريم إن المساهمة في عمارة بيوت الله ولو حتى كانت صغيرة ، فإن لها الثواب الكبير عند الله وتعمير المساجد دليل على الإيمان ، يقول الله تعالى :

﴿ إِنَّمَا يَعْمُرُ مَسَاجِدَ اللَّهِ مَنِ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَلَمْ يَحْشَ إِلَّا لِلَّهِ فَعَسَىٰ أُولَٰئِكَ أَنْ يَكُونُوا مِنَ الْمُهْتَدِينَ ﴾ .^(١)

ولقد رفع الله سبحانه وتعالى من قيمة المساجد فنسبها إليه سبحانه : ﴿ وَأَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَدًا ﴾ .^(٢)

ويقول الله تعالى في حق المساجد أيضاً : ﴿ فِي بُيُوتٍ أُذِنَ لِلَّهِ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا أَسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ ﴾^(٣) رجالٌ لا تلهيهم تجارة ولا بيع عن ذكر الله وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة يخافون يوماً تتقلب فيه القلوب والأبصار^(٤) .^(٥)

□ صلاة الجماعة وتماسك المجتمع :-

في مشهد من فيلم أجنبي (لورانس والعرب) ظهرت جموع العرب في حالة من الفوضى مما جعل الممثل الذي يقوم بدور لورانس - ذلك العميل للمخابرات - البريطانية - ينظر إليهم ويقول : إن العرب ينقصهم شيء أساسي هو النظام . لقد صدق في كلمته ، فالنظام نقص من العرب

(١) التوبة ١٨ .

(٢) الجن ١٨ .

(٣) النور ٣٦-٣٧ .

يوم أن تخلوا عن إسلامهم ، وأصبحوا عربا فقط ، وانقسموا إلى قوميات ، وتفتتوا يوم أن تركوا مدرسة النظام والوحدة وهي الصلاة .

فالصلاة عماد الإسلام ، والتي تجعل من المسلمين صفوفًا مستوية ، ويأخذ السابقون في الوصول إلى المسجد موقعهم في الصف الأول ثم الصف الذي يليه ، وليس لمتأخر أن يكسر قاعدة النظام هذه ويزاحم ليتصدر الناس ، وقد قال الرسول (ﷺ) لرجل حاول أن يفعل هذا " أجلس فقد آذيت " . ويذكرنا الأستاذ / محمد علي قطب في كتابه رسالة المسجد بروعة هذا النظام فيقول لقد كان النبي (ﷺ) يوم الفيل في عمرة القضاء ومائة ألف في حجة الوداع يسيرون كلهم في نظام أدق نظام هرولة ومشيا واستلاما للركن أو الحجر الأسود ، هذا النظام المتصل بروح الإسلام سبب من أسباب القوة بل هو مصدرها وملاكها .

هذا النظام المنبعث من الصلاة ، والذي يتعهد النشئ منذ الصغر ، فتعلم كيف يسكن وتعلم الاستواء في الصفوف . هذه هي مدرسة الصلاة والتي تعلم خمس مرات في اليوم الواحد ، وفي كل يوم ، فيظل هذا النظام مادامت الجماعة الإسلامية قائمة .

هذا النظام هو دعامة تماسك المسلمين ، فالمسلمون يقفون صفوفًا موحدة بترتيب رائع وكأنهم البنيان المرصوص ليشدوا بعضهم بعضا ، وقد ورد في الحديث " مثل المسلمين في توادهم وتعاطفهم وتراحمهم كمثل الجسد الواحد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الأعضاء بالسهر والحمى " والله سبحانه وتعالى يقول ﴿ وَإِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاتَّقُونِ ﴾ .^(١)

(١) المؤمنون ٥٢ .

ورسول الله (ﷺ) يحثنا على الالتحام مع كيان الجماعة وإلا تعرضنا لذنب الإنسان وهو الشيطان، فقد ورد في الحديث " إن الشيطان ذنب الإنسان كذنب الغنم يأخذ الشاه القاصية الناحية، فإياكم والشعاب ، وعليكم بالجماعة والعمامة والمسجد " . وقد طلب الرسول (ﷺ) ألا تجعل فرجة بيننا في صفوف الصلاة يمكن أن يستغلها الشيطان وينفذ منها ، حتى نكون متماسكين .

وتعطينا الدكتورة/ سامية الخشاب في كتابها علم الاجتماع الإسلامي مثلاً من فكر عالم الاجتماع الإسلامي ابن مسكويه، وهو يذكر العوامل التي تؤدي إلى تحقيق التضامن والتماسك داخل المجتمع " شعائر الديانة الإسلامية التي ترمي إلى تقوية الشعور بالاجتماعية كإيجاب الاجتماع في المساجد وتفضيل صلاة الجماعة على صلاة الفرد " . وكذلك صلاة الجمعة والعديد من الجمع وهذه كلها أمور توثق أواصر لمحبة الاجتماعية .

ويطوع ابن مسكويه: " السلوك الديني لخدمة القضايا الأخلاقية فالصلاة الجماعية ليست إلا توثيقاً لمعاني التعاون والإخاء والمحبة وتقوية الشعور بالجمعية . وينظر إلى الدين باعتباره رياضة خلقية للنفوس الآدمية . وفضل هذه الرياضة تتأصل القيم ويزداد الفرد معرفة ذاته والذات الكلية التي صدرت عنها هذه القيم " .

□ الصلاة وقوة المجتمع :-

إن المسجد مركز لقوة المسلمين ، ويوتقة لوحدهم . إننا لو نظرنا إلى تلك العدسة اللامعة للأشعة الشمس والتي يلهو بها الأطفال فيشعلوا

منها الورق مستخدمين أشعة الشمس ، إن أشعة الشمس العادية لم تكن تملك الطاقة الحرارية التى تصل إلى حد اشتعال النار فى الورق ، لولا أنها تجمعت فأصبحت طاقة .

كذلك إن قوة المسلمين فى تجمعهم فى بؤرة واحدة هى المسجد . هذا التجمع المنظم هو الذى يتحول إلى طاقة ، وهذه الطاقة هى التى صنعت مجد الإسلام وحضارته. لذلك كان أول عمل قام به الرسول (ﷺ) فى المدينة هو إقامة المسجد . المسجد فى الإسلام هو نقطة الابتداء ونقطة الانطلاق هذه هى الحقيقة التى يعرفها أعداء الإسلام جيدا . فقوة المسلمين فى مساجدهم ، فالمسجد إعداد قوة . قوة لأنها منظمة .. وهذا النظام جزء من العبادة .. جزء من الصلاة ، وإذا أفشل أعداء المسجد فى تعطيل إنتاج هذه الطاقة فإنهم يعملون على كبتها داخل جدران المسجد .

ففى الصلاة النظام والدقة فى إعداد الصفوف والانضباط الكامل ، فعند سماع نداء الله اكبر يجتمع المسلمون فى وقت واحد ، فالله اكبر من أى شىء آخر ثم ينقادون جميعا بإمام واحد ، فى كل مسجد وفى وقت واحد ومكان واحد يجتمع المسلمون ، تماما كما أن أشعة الشمس تجتمع فى العدسة فى مكان واحد وهو بؤرتها وفى وقت واحد فتنتج الطاقة .

إننا نجد أن عدد المسلمين فى العالم وصل تقريبا إلى ألف مليون مسلم . وهذا رقم عددى ضخمة ولكنهم متفرقين : (لَا يُقَاتِلُونَكُمْ جَمِيعًا إِلَّا فِي قُرَى مُحَصَّنَةٍ أَوْ مِنْ وَرَاءِ جُدُرٍ بَأْسُهُمْ بَيْنَهُمْ شَدِيدٌ تَحْسِبُهُمْ جَمِيعًا وَقُلُوبُهُمْ شَتَّى ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَعْقِلُونَ)^{٢٠٩} وهذه الكثرة التى حدثنا عنها الرسول الكريم ووصفها بأنها غناء السيل ،

أى لا قيمة لها ، تتداعى عليها الأمم كما نرى فى أفغانستان والفلبين ،
وارتيريا ، وبورما... الخ .

وبعد أن كان نظام العبيد أفرادا ، أصبح اليوم أمما كاملة من
المسلمين تلقى فى العالم الاضطهاد .

فلا يجب أن يأتى من يفرق المسلمين على قشور ويترك الأساس
وهو الاعتصام بحبل الله جميعا ، كمن يقول لا أصلى خلف إمام يلبس زيا
أجنبيا ، وآخر يقول لا أصلى خلف إمام غير ملتقى ، وهكذا تستمر عملية
التفتيت فى المجتمع الإسلامى وتنمو روح الفرقة على أسس فرعية ،
فالأمور المشتركة بين المسلمين جميعا كثيرة والأهم مساحته أكبر من أن
ينتهى منه .

هذا المعنى يذكرنا به الرسول الكريم فيقول (ﷺ) " توشك أن
تنفك عرى الإسلام عروة عروة أولها الحكم وآخرها الصلاة " فعندما
يتوقف المسلمون عن الصلاة . هنا تنفك عرى الإسلام والعياذ بالله .
فالصلاة هى الخط الأول والأخير فى الدفاع عن الإسلام . وهذا الذى جعل
الرسول (ﷺ) يحرص على صلاة الجماعة حتى وهو فى مرضه الأخير ،
وهذا أيضا الذى جعل سيدنا عمر يهتم بصلاة الجماعة حتى وهو فى النزاع
الأخير بعد أن أصابه أحد أعداء الإسلام بطعنه وهو يصلى ، فلم يهتم
بشئ وهو ينزف أكثر من اهتمامه بصلاة الجماعة .

فلا يجب أبدا أن يفتت المسلمون وحدتهم فى الجدل ، والصراع
حول الأمور الفرعية التى شغلت الفكر الإسلامى فترة طويلة من الزمن
دون جدوى . وفى الحديث " وما ضل قوم بعد هدى كانوا عليه إلا أوتوا
الجدل " وفى الحديث أيضا " إذا هدى الله قوما ألهمهم العمل " .

ويريد أعداء المسجد أن ينالوا من أئمتّه ، بمن أسموهم رجال الدين ، فيجب أن يكون هناك قاتونا يعاقب بشدة كل من يسخر بالدين ، أو يستهتر بعلمائه ، ولماذا يكون علماء الدين الإسلامى هو وحدهم مادة السخرية فقط ، رغم أن رجال الدين فى أديان أخرى لا يمسهم أحد بسوء . فيجب ألا يمس دين من الأديان أو أى عالم من علمائه بأى سوء .

إن المسجد هو الذى يبنى الإنسان الصالح . والإنسان هو الذى يبنى أى شىء آخر بعد ذلك فى المجتمع . لقد كان عمر (ؓ) فى الجاهلية قبل أن يعرف الإسلام شعاعا منحرفا صنع الصنم الذى يعبد من العجوة ثم إذا جاع أكله وكان يند البنات . أما بعد هدايته للإسلام استقام هذا الشعاع ، وانتظم مع غيره من أشعة المسلمين بالمسجد ، فاضاعوا بحضارة الإسلام الدنيا . ولذلك لا يمكن أن يكون هناك حاكم يريد لشعبه الخير ويعادى المسجد .

الباب السابع

الصلاة والتغيير الاجتماعي

- الصلاة مسئولية جماعية.
- التغيير الاجتماعي وصلاة الجماعة.
- الصلاة والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر.
- الإمام موجه للتغيير الاجتماعي.
- حتى يؤدي المسجد وظيفته.
- إنجازات يمكن أن يحققها المسجد.
- المسجد والقانون.
- الصلاة وصحة المجتمع.
- الصلاة واقتصاد المجتمع.

الصلاة والتغيير الاجتماعى

□ الصلاة مسئولية جماعية :-

الصلاة الفردية تغير من الإنسان كفرد ، والصلاة الجماعية تقوم بعملية تغيير اجتماعى ، هذا هو دور وعمل الصلاة الأساسى ، فهى تؤثر فى حياة المصلى الاجتماعية وعلاقته بالآخرين وتؤثر فى مجتمعه . وهناك فرق بين التأثير على الإنسان كفرد والتأثر عليه من خلال الجماعة ، ونرى هذا واضحا فى فرعين من علم النفس فرع يسمى علم النفس الفردى والآخر يسمى على النفس الاجتماعى .

وكما أن علم الاجتماع ينص على أن العقل الجمعى يختلف عن العقل الفردى ، فالعقل الجمعى لجماعة المصلين داخل المسجد يحدث له بفعل الصلاة عملة تغيير فى خط واحد ، هو الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، وفى داخل المسجد أو البوتقة المقدسة ينصهر جميع المصلين فى روح واحدة .

ويتم التغيير الاجتماعى داخل المسجد لأن المصلى داخله لا يجب أن يكون سلبيا ، فإذا رأى أحد المصلين قد اخطأ ، فإنه إذا لم يبادر ليصحح له خطاه يكون شريكا فى هذا الخطأ فلا ينتظر المصلون أن يأتى الإمام ليصحح لكل واحد منهم خطاه ، وإنما كل مصلى داخل المسجد مسئول عن هذا الخطأ متى وجده .

وعندما نعلم أن تسوية الصفوف من تمام الصلاة فإن الجميع مسئولون عن الصف ، فالصف المعوج لا ينظر الله سبحانه وتعالى إليه ، كما أن تسوية الصفوف من إقامة الصلاة ، فمهما حاول الفرد المصلى ان

ينتظم فى الصف دون مراعاة الآخرين معه ، فباته على الرغم من محاولاته الصادقة فى حدود نفسه فلن يحصل على الثواب إذا لم يكن الصف مستويا . فتسوية الصف إذن عملية جماعية يشترك فيها جميع الأفراد الذين يكونون الصف ، والرسول (ﷺ) يقول " سوا صفوفكم فإن تسوية الصف من إقامة الصلاة " (البخارى) .

فلماذا لم توضع فى المسجد خطوط مستوية يصطف أمامها المصلون ؟ لأن تسوية الصف عمل إيجابى يجب أن يشعر بمسئوليته كل مصلى وهذه الروح فى الاستواء والنظام ليست مقصورة على المسجد فقط، وإنما تبدأ منه لتشمل حياة المسلم كلها .

ولتأثير صلاة الجماعة على المجتمع كانت هى الأساس ، وعليها الثواب المضاعف فباته لا صلاة لجار المسجد إلى فى المسجد ، وإن الرسول (ﷺ) كاد أن يحرق بيوت أناس تخلفوا عن الجماعة . وأيضا هناك صلوات لا تصلح بتاتا إلا جماعة . وهى صلاة الجمعة ، وصلاة العيد، حتى يضمن الإسلام التقاء المسلمين مرة على الأقل كل أسبوع فى المسجد الجامع لأهل الحى ، ومرتين على الأقل للمدينة فى الخلاء فى صلاة العيد وأيضا يجتمع المسلمون من جميع أنحاء العالم مرة على الأقل كل عام فى الحج .

إذا فصلاة الجماعة ضرورة فى الإسلام لحياة الجماعة الإسلامية وفى كتاب أسرار الصلاة للإمام الغزالي عن عمر رضى الله عنه أنه قال " تفقدوا إخوانكم فى الصلاة فإذا فقدتموهم فإن كانوا مرضى فعودهم ، وإن كانوا أصحاء فعاتبوهم " ويضيف الإمام الغزالي " والعتاب إنكار على من ترك الجماعة ، ولا ينبغى أن يتساهل فيه . وقد كان الأولون يبالغون

فيه حتى كان بعضهم يحمل الجنازة إلى بعض من تخلف عن الجماعة ، إشارة إلى أن الميت هو الذى تأخر عن الجماعة دون الحى". ولذلك كان المسجد مركز للتعبير الاجتماعى منذ اللحظة الأولى للدعوة الإسلامية فكانت تدخله العناصر المسلمة فيحدث لها التفاعل فى داخله ، فتكون النتيجة تغيراً يحدث للجماعة الإسلامية إلى الأفضل ، ولذا كان أول مسجد بنى فى الإسلام فى المدينة المنورة . وكان أول عمل قام به الرسول (ﷺ) عندما دخل المدينة . هذا المسجد هو الذى أخرج تلك التركيبة العجيبة من العناصر المسلمة والذين صنعوا مجد الإسلام وغيروا مسار التاريخ بإذن الله .

ومعنى ذلك أن هناك روحاً جماعية متألفة تسود الجماعة الإسلامية داخل المسجد ، وليست هذه الروح خاملة بل هى نشطة الحركة نحو الأفضل ، نحو الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر ، وتكوين رأى عام للجماعة المسلمة ينفر من الظلم ويقر الحق ، وتحت عنوان (إنكار المنكر وتنبيه المسئء فى صلاته) يحدثنا الإمام الغزالي فى كتابه أسرار الصلاة عن مسئولية المسلم داخل المسجد ، وهى المسئولية التى ترغمه على أن يكون إيجابياً مهتماً بأمر المسلمين ، ولا يستطيع أن يرفع شعار السلبية وينعزل ، وإلا كان مشاركاً فى الخطأ ويتحمل فى ذلك الوزر .

يقول الإمام الغزالي " حق على من حفر الصلاة إذا رأى من غيره إساءة فى صلاته أن يغيره وينكر عليه ، وإن صدر من جاهل رفق بالجاهل بعلمه ، فمن ذلك الأمر بتسوية الصفوف ، ومنع المنفرد الوقوف خارج الصف ، والإنكار على من يرفع رأسه قبل الإمام ، إلى غير ذلك من الأمور، فقد قال (ﷺ) " ويل للعالم من الجاهل حيث لا يعلمه "

(أخرجه الديلمى)، وقال ابن مسعود رضى الله عنه : " من رأى من يسىء فى صلاته ولم ينبهه فهو شريكه فى وزرها "، والأصل فى هذا حديث ابن مسعود عن أحمد والأربعة وابن حبان : " من رأى منكم منكرا فليغيره بيده فإن لم يستطع فبلسانه ، فإن لم يستطع بقلبه وذلك أضعف الإيمان " .

وبهذا يكون المجتمع المسلم مجتمعا يسوده روح التغيير نحو الأفضل ، من يعلم الصواب علمه لمن لا يعرف وإلا أصبح مسئولا عن ذلك . وإن جماعة المصلين داخل المسجد هى عملية إعداد للمسلمين لينتشروا بعد ذلك فى الأرض ليملأها بروح المسجد ، روح التغيير نحو الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر : ﴿ فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾ .^(١)

ولقد بلغ من أهمية هذه الروح الإيجابية التى تؤثر فى الناس أن وصف الرسول الكريم (ﷺ) الدين بأنه النصيحة . ففي الحديث "الدين النصيحة " . وذلك حتى يعم الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر المجتمع المسلم ، فيكون خير المجتمعات حقا .

وهذه هى الروح الإيجابية داخل بيت الله ، من تخلقى عنها تخلقى عن روح المسجد ، فإذا وقعت أمامه فى المسجد إساءة ولم يعمل على تغييرها تحمل الوزر مع صاحبها ، وأصبح شريكا له . فصلاة الجماعة تحارب السلبية فى شخصية المصلين ، وتشحنهم دائما بحافز العمل من أجل الإصلاح فى خط واضح محدد وهو الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر، والرسول (ﷺ) يقول فى هذا المعنى " لا يكن احدكم إمعة . . " ،

(١) الجمعة ١٠.

وفى الحدث " لا يمنع رجلا هيبة الناس أن يقول بحق إذا علم " (الترمذى) ، وعن أبى سعيد الخضرى رضى الله عنه ، قال : قال رسول الله (ﷺ) ، " لا يحقرن أحدكم أن يرى أمر الله فيه مقال فلا يقول فيه فيقال له يوم القيامة : ما منعك أن تكون قلت فى كذا وكذا ؟ فيقول : مخافة الناس فيقول الله " إياى أحق أن تخاف " (رواه ابن ماجه) .

ولقد ضرب لنا الرسول الكريم مثلاً رائعاً يوضح لنا أن السلبية يمكن أن تفرق الجميع وتدمرهم ، ولذلك فمسئولية إصلاح المجتمع مسئولية جماعية وفى صحيح البخارى والترمذى عن النعمان بن بشير عن النبى (ﷺ) قال " مثل القائم على حدود الله والواقع فيها كمثل قوم استهموا على سفينة فأصاب بعضهم أعلاها وبعضهم أسفلها فكان الذين فى أسفلها إذا استقوا من الماء مروا على من فوقهم ، فقالوا : لو أنا خرقنا فى نصيبنا خرقاً ، ولم نؤذ من فوقنا : فإن تركوهم وما أرادوا هلكوا جميعاً ، وإن أخذوا على أيديهم نجوا ونجوا جميعاً " .

وفى المسجد يتعلم المسلمون جميعاً الكبار والصغار والرجال والنساء النظام والدقة وأمور دينهم ودنياهم ، وتعلمون آداباً يوصى بعضهم البعض على أدائها ، ومن خرج عنها خرج عن روح الإسلام وعلى من رآه أن ينبه إلى ذلك وإلا أصبح شريكاً له فى الوزر قال تعالى : ﴿ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴾ .

فلا يجب ارتفاع الأصوات فى المساجد ولا تمارس فيه التجارة من بيع ولا شراء ، ويجب المحافظة على نظافته ، وأن يكون الجلوس فى المسجد بنظام فإن المصلى يجلس حيث ينتهى به المجلس ، وألا يتخطى

رقاب الناس ، وليس للمسلم أن يدخل المسجد ثم يخرج منه قبل أن يصلى فيه .

وفى الحديث ما رواه الترمذى عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله (ﷺ) قال: " إذا رأيتم من يبيع أو يبتاع فى المسجد فقولوا : " لا اربح الله تجارتك وإذا رأيتم من ينشد ضالة فى المسجد فقولوا لاردها الله عليك " (رواه الترمذى) .

ونلمح فى هذا الحديث أيضا بالإضافة إلى نهى الرسول الكريم (ﷺ) عن بيع أو شراء أو نشدان الضالة ، يطلب من المسلمين أن يتصدوا لمن يفعل ذلك . وبهذا يكون المسجد وقفا لصناعة الرجال الذى يحملون لواء التغيير نحو الأمر المعروف والنهى عن المنكر .

ولحرص الرسول (ﷺ) أن تنطلق حياة المسلمين من المسجد فإن من السنة إذا كان أحد المسلمين فى سفره فعليه أن يبدأ بالمسجد قبل بيته فيصلّى فيه ركعتين أسوة برسول الله . فقد روى البخارى فى صحيحه " كان النبی (ﷺ) إذا قدم من سفر يبدأ بالمسجد فيصلّى فيه ."

ويحدثنا الدكتور على عبد الحليم محمود نقلا عن (السيوطى) كيف كان المسجد منتشرا فى حياة المسلمين " وكان المتبع أن يبنى مسجد جامع ومساجد صغيرة فى كل بلد يفتحها المسلمون " ، كما روى أن عمر بن الخطاب رضى الله عنه لما فتح الله عليه البلدان كتب إلى أبى موسى وهو على البصرة يأمر أن يتخذ مسجدا للجماعة ويتخذ للقبائل مساجد ، فإذا كان يوم الجمعة انضموا إلى مسجد الجماعة ، وكتب مثل ذلك إلى سعد ابن أبى وقاص وهو على الكوفة ، وإلى عمر بن العاصى وهو على مصر " هذا النظام لانتشار المسجد بين المسلمين ، حتى يرتبط

المسلمون بالمساجد ، وفي كل أسبوع يجتمع أهل الحي في المسجد الجامع" ، ولذلك يجب أن توجد المساجد في كل مكان يجتمع فيه المسلمون كالمدارس والجامعات ، والمصانع ، والأندية ، والسكنات العسكرية وغيرها حتى تتم التعبئة العامة لجموع المسلمين في وحدة تعبدية رائعة وتنتشر بعد الصلاة بروحها المتمثلة في الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر .

لذا تعني الصلاة أن المسئولية جماعية ، وأن كل مسلم داخل المسجد يعلم قليل من العلم عليه أن ينشره إذا وجد ما يستحق ذلك ، والرسول ﷺ يقول " بلغوا عني ولو آية " فتخزين العلم كتخزين المال ، في الحالتين يكون ضارا ولا ينفع إنما المهم هو الاستخدام .

وقد توعد الله الذين يكتزون المال بالعذاب ، وكذلك فإن الذين يكتزون المعرفة دون أن يستخدموها لإفادة أنفسهم وغيرهم ، فإن الله لا يرضى عليهم وفي الحديث " ويل للعالم من الجاهل " بمعنى أن للفقير في المعرفة حقا في أن يعرفها من الغنى بها ، تماما كما أن للفقير في المال حقه في مال الغنى . وفي حديث عن أبي هريرة قال (ﷺ) " من كتبا علما جاء يوم القيامة ملجما بلجام من نار " .

وبهذا المعنى يتحول المجتمع كله إلى أساتذة وطلبة في نفس الوقت وتنتشر المعرفة في القول والفعل ، وهذا هو أضمن وأسرع أسلوب لنشر الوعي وروح التغيير في المجتمع ، وفي الصين يستخدمون أسلوب نقل المعرفة هذا ، فالأستاذ يعلم الطالب ، والطالب يعلم الطالب يعلم الأستاذ ، وبهذه الطريقة يسرى العلم بين الملايين في الصين كما تسرى النار في الهشيم .

□ التغيير الاجتماعى والصلاة الجماعية :-

والله سبحانه خالق هذا الكون وقوانينه ، فكما جعل للمادة قوانين تحكمها جعل للمجتمعات قوانين أيضا ، وقد نبه العقل البشرى إلى ذلك فى قرآنه الحكيم قال تعالى : ﴿ لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ (١) ، نجد أن هذا القانون عام يسرى على أى مجتمع سواء كان مجتمعا مؤمنا أو لا . مثلما أن قانون الجاذبية الأرضية خضع له كل المواد ، وليس لمادة بعينها .

وإن هذا القانون قانون لمجتمع وليس قانونا لفرد ، فالله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ ولم يقل سبحانه ما بفرد فالتغيير هنا جماعى ويفسر لنا الأستاذ جودت سعد " إذا الفرد يمكن أن يتغير ما به فى بعض الجوانب إن غير ما بنفسه ، ولكن ذلك ليس فى كل الأمور خاصة المتصلة بالمجتمع ، لا بد من تغييرها ، حتى ينال الفرد نصيبه من هذا التغيير " ، وهذا الكلام الذى يقوله الأستاذ سعد فى كتابه " حتى يغيروا ما فى أنفسهم يعبر عن حقيقة اجتماعية ، فالمجتمع يؤثر فى أفراد شعوريا ولا شعوريا سواء أرادوا أو رفضوا ، ومن يدرس علم الاجتماع سوف يجد تلك المعانى .

وكمثال على ذلك رجل كان له ابنة صغيرة مرضت بمرض جلدى شديد العدوى ، وإن ابنته انتقلت إليها العدوى من الأطفال الصغار فى المنزل الذين يسكنون فيه ، وعندما أراد الرجل أن يعالج ابنته وأتى لها بالدواء ، بدأت ابنته فى التحسن من المرض ثم ما لبثت أن عاد المرض

(١) الرعد ١١ .

لها مرة أخرى . لماذا ؟ الجو الاجتماعي حول ابنته مازال مصابا ، مصدر العدوى مازال موجودا ، فهو لا يستطيع أن يسجن ابنته داخل الشقة ، وبالتالي لا يمكن أن يمنع المرض من الوصول إليها .

وكان الحل هو التغيير الاجتماعي لكل الأطفال وحثهم على شراء الدواء ، والذي لم يستطيع الشراء اشترى له ذلك الرجل الدواء ، وكان العلاج للجميع تغييرا جماعيا من المرض إلى الصحة وبالتالي شفيت ابنته ، لهذا المعنى كان الجامع ، وكانت الصلاة الجامعة نقطة انطلاق لتغيير الجماعة الإسلامية نحو الأفضل فليس من الصواب أن كل فرد مسئول عن نفسه فقط ، وإلا كيف يضمن لنفسه ولأهل بيته صحة أخلاقية إذا كان الهواء الذي يتنفسه الجميع ملوثا ؟ !

ونفس الشيء بالنسبة للذي يريد حجرته أن تكون خالية من الذباب ، فإنه يغلّق النوافذ . ويأتى بمبيد حشري فيقتل الذباب ، ولكن بمجرد أن يفتح النافذة يأتى الذباب مرة أخرى مع الهواء .

ولو أن المجتمع كله اشترك فى القضاء على الذباب كما حدث فى الصين ، فإن الشخص السابق يمكنه أن يفتح نوافذه ويدخل منها الهواء خاليا من الذباب . فالتغيير الفردى الذى قام به من يطارد الذباب بمفرده لم يحل المشكلة ، وإنما التغيير الاجتماعى هو الذى حل المشكلة .

ولكن هل كان من الممكن أن تكون الصلاة فردية فقط ، وهى فى جوهرها علاقة بين الخالق و المخلوق ! إن تأثير الصلاة الفردية أن يتعدى الفرد نفسه من ناحيته النفسية ومن ناحيته العضوية ، أما المصلى من حيث إنه شخص يولف مع غيره من الأشخاص النسيج الاجتماعى ، فإن الصلاة الفردية لا تؤثر فيه .

لذلك كانت حكمة الله سبحانه وتعالى فى أن تكون صلاة الجماعة هى الأساس لأنها تشمل الصلاة الفردية فى طياتها ، لأن كل مصل داخل جماعة المصلين يتصل بربه اتصالا لا يشاركه فيه أحد، وأيضا صلاة الجماعة تؤثر فى مجتمع المصلين حيث إنهم جماعة . وهذا بالتأثير هو الذى يؤدى إلى التغيير إلى الأفضل بروح الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، التى هى روح الصلاة . تماما كما أن كل خلية فى الجسم الحى لها نشاطها المستقل ، ولكن بارتباطها مع بقية الخلايا تكون الوظيفة العضوية للجسم .

وإن قاتون التغيير هذا الذى وجهنا له القرآن الكريم حتى تستفيد منه الأمة المسلمة ، وتكون أسبق من غيرها فى الاستفادة به لا ينطبق هذا القاتون على الأمة المسلمة فقط ، بل هو قاتون عام لكل الناس ، فالله سبحانه وتعالى قال فى الآية الكريمة ﴿ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ﴾ . كلمة قوم ولم يخصها بقوم معينين ، والتغيير الذى أشارت إليه الآية الكريمة يمكن أن يكون إلى الأفضل أو إلى الأسوأ ، فإذا كان هذا التغيير إلى الأسوأ يكون الحساب للمجتمع بالتخلف والانحيار .

فالمحاسبة فى الدنيا جماعية ، أما فى الآخرة فالأمر يختلف فالحساب فردى : ﴿ وَتَرْتُهُمْ مَا يَقُولُ وَيَأْتِينَا فَرْدًا ﴾^(١) . وأما المسئولية الجماعية أى محاسبة المجتمع كله فذلك واضح فى قوله تعالى : ﴿ وَاتَّقُوا

(١) مريم ٨٠.

فِتْنَةٌ لَا تُصِيبُ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْكُمْ خَاصَّةً وَعَلِمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ (١).

ويدل على هذا أيضا حديث الرسول (ﷺ) لما مثل (أنهلك وفيينا الصالحون قال : نعم إذا كثر الخبث) ، فالمسألة نسبية عندما تزيد نسبة الصالحين في المجتمع تكون النعمة، وعندما تزيد نسبة الأشرار في البلد والمجتمع تكون النقمة. وهذه المعاني الهامة ألهمت ابن خلدون في أن يكتشف قوانين علم الاجتماع ، وقد سماه علم العمران مما جعل الجميع يشيدون بما وصل إليه إلى يومنا هذا .

وكما أنه في العالم المادي قوانين تحكم المادة كقانون الجاذبية الأرضية الذي تخضع له كل المواد . كذلك هناك قوانين اجتماعية تخضع لها كل جماعة والذين استفادوا من قانون الجاذبية الأرضية بعد أن عرفوه وتعاملوا معه كذلك يمكن الاستفادة من القوانين الاجتماعية بمعرفتها واستخدامها ، فإذا قام قوم ما بتغيير في الماضي ، والحاضر، والمستقبل .

فإذا رأينا مجتمعا غير أفراده ما بأنفسهم فخربت ضمائرهم ، وانتشرت الرشوة والسرقات بينهم وأصبح الحد لا يقام إلا على الضعيف فقط ، وتلاشت روح الأمر بالمعروف وحل محلها الأمر بالمنكر والنهي عن المعروف . هنا نتأكد من أن المجتمع سيصيبه الدمار والهلاك مثلما نتأكد من احتراق القماش عندما نضعه في النار ، فحق على هذا المجتمع والقماش التدمير . ففي الحديث " إنما أهلك الذين من قبلكم أنهم كانوا إذا سرق فيهم الشريف تركوه ، وإذا سرق فيهم الضعيف أقاموا عليه الحد ، والله لو سرقت فاطمة بنت محمد لقطع محمد يدها " . (مسلم) .

(١) الأنفال ٧٥

وإذا حدث العكس وبدأ أفراد المجتمع يصلحون ما بأنفسهم وأصبح الحد يقام فيهم على كل من أخطأ وانتشرت فيهم روح العدل وقلت الجرائم وأصبح الراى العام لهم يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر . إن قانون التغيير هذا يتجه بالمجتمع إلى الأفضل ، إلى البناء والنمو والازدهار . مثلما نضع الماء والسماذ للنبات ونرعاه بالطرق السليمة فإتينا بإذن الله نراه ينمو ويخضر . ولهذا كان الجامع لجمع المسلمين حثا لهم وتذكرة للتغير نحو الأفضل . وكان فى عهد إشراقه يحدث التغيير المطلوب ، كان ذلك حين تمت التجربة الإسلامية الأولى والتي أذهلت العالم كله .

ولذا حرص الإسلام على الجماعة وربطها بالصلاة ، فتكون الصلاة الجماعية هى نقطة البدء فى تغيير ما بأنفس القوم ، وبقدر نجاحهم فى هذا يساعدهم الله فى هذا التغيير هذه هى سنة الله فى الجماعات ، كما أن سنته سبحانه فى الحديد أنه يتمدد بالحرارة . والله سبحانه وتعالى يقوم :

﴿ أَسْتَكْبَارًا فِي الْأَرْضِ وَمَكْرَ السَّيِّئِ وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأَوَّلِينَ فَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا وَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَحْوِيلًا ﴾ (١).

وموضوع تغيير المجتمعات أصبح علما ، والكثير من المجتمعات يعمل على تطبيقه ليحصل على التغيير الذى يريده ، والشيوخ يطلقون على أنفسهم أنهم تقدميون لهذا السبب ، وينبهنا الأستاذ جودت سعد إلى هذا فيقول : " وإن حل مشكلة خلف المسلمين لن يتم إلا إذا تمت السيطرة على تغيير ما بالأنفس " ويضيف قائلا " وأهم شىء يحدث عليه القرآن ومن أجله أنزل الله الكتب وأرسل الرسل هو تغيير المجتمعات . فلهذا كان

(١) فاطر ٤٣.

الإلحاح فى القرآن أن ينظر الناس إلى سنن الذين خلوا من قبل . والسنة (القانون) ، وهى التى على أساسها ترتفع وتنخفض المجتمعات " .

□ الصلاة والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر :-

إن نعمة الإسلام على المجتمع هو أن تشيع فيه روح الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، فيصبح خير المجتمعات كما حثنا القرآن الكريم : ﴿ كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِّنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ الْفَاسِقُونَ ﴾ .^(١)

والصلاة ملازمة للفرد المسلم فى حياته وملازمة للجماعة الإسلامية فى تواجدها فعندما تكون الصلاة منطلقا للأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، وتكون المساجد إعدادا لهذه الروح الطيبة ، تكون الصلاة إذن منطلقا لبناء خير مجتمعات وهذا هو الهدف من الصلاة وينص القرآن على ذلك : ﴿ أَتْلُ مَا أَوْحَىٰ إِلَيْكَ مِنْ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾ .^(٢)

وإذا لم يشارك المسلم فى عملية التغيير الاجتماعى نحو الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر داخل المسجد وخارجه أصبح شريكا فى هلاك المجتمع ، ولذلك نهى الرسول (ﷺ) المسلم فى أن يقف موقف المتفرج فقد قال : " لا يكن أحدكم امعه فيقول إن أحسن الناس أحسنت ،

(١) آل عمران ١١٠ .

(٢) العنكبوت ٤٥ .

وإن أساءوا أسأت بل ووطنوا أنفسكم إن أحسن الناس أن تحسنوا ، وإن أساءوا أن تجتنبوا إساءتهم ". (الترمذى)

ويقول لنا الرسول (ﷺ) " لتأمرن بالمعروف وتنهون عن المنكر، ولتأخذن على يد الظالم ولتأطرنه على الحق أطرا أو ليضربن الله بقلوب بعضكم على بعض ثم تدعون فلا يستجاب لكم " .

والصفة الأساسية للمسلمين والمؤمنين هى الصلاة المرتبطة بالأمر بالمعروف والنهي عن المنكر : ﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴾ .^(١)

هكذا ربط الله سبحانه وتعالى الصلاة بالأمر بالمعروف والنهي عن المنكر فالصلاة عندما تتحول إلى عادة داخلية صامته تصبح عبادة مينة التأثير . إنما العبادة الحية هى المنطلقة من الصلاة إلى الخارج ، إلى المجتمع ليعم المعروف ويقل المنكر ، وبقدر تأثير الصلاة خارجيا تكون حيويتها وثوابتها .

فالإسلام ليس فيه رهينة وانغلاق على الذات . إنما انطلاق من العبادة إلى الحياة الخارجية . من المسجد إلى المجتمع حتى يعم المجتمع روح المسجد ، روح الصلاة ، روح الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر . هذه الروح جعلت (مايكل هارت) وهو يضع قائمة بأعظم مائه فى التاريخ البشرى يقول: " فهذا الامتزاج بين الدين والدنيا هو الذى جعلنى أومن بأن محمدا (ﷺ) هو أعظم الشخصيات أثرا فى تاريخ الإنسانية كلها " . وفى

(١) التوبة ٧١ .

حديث (متفق عليه) يقول الرسول (ﷺ) " .. وجعلت لى الأرض مسجدا وظهورا " فالكرة الأرضية كلها مسجد فيها العبادة وفيها العمل .. والعمل والعبادة وحدة واحدة فى الإسلام .. الدين والدنيا عمله واحدة يتعامل بها المسلم فى حياته ، وفى الحديث " ليس بخيركم من ترك دنياه لآخرته ، ولا آخرته لدنياه " حتى يصيب منها جميعا ، فإن الدنيا بلاغ إلى الآخرة ، ولا تكونوا كلا على الناس " . (أخرجه النسائى) .

□ الإمام موجة لتغيير المجتمع :

إمام المسجد هو قائد التغيير الاجتماعى ، وقدوتنا الحسنة فى ذلك رسول الله الذى أحدث التغيير الاجتماعى فى مجتمعه أروع ما يكون بإذن الله . ومما يدل على الأهمية القصوى للإمامة أن شروط الإمام فى الصلاة تكاد تتفق مع شروط الإمامة العامة للأمة (ابن تيميه) والقيادة أمر خطير بالنسبة للجماعات ، ولذلك نجد أن علم النفس الاجتماعى يولى عناية بالغة لموضوع القيادة لما لها من خطورة فى توجيه المجتمعات .

ولقد أعطى الإسلام القيادة حقها من الأهمية التى تستحقها وربطها بالصلاة فكان أيام الرسول وأيام الخلفاء الراشدين إمام المسجد الجامع ، هو الإمام فى الجهاد . ولم يترك الإسلام اختيار الإمام للصدفة . بل وضع شروطا معينة حتى لا يطفوا على قمة الجماعة من لا يستحق ، وبالتالي تصاب الجماعة كلها بالضرر إننا إذا وضعنا قطعة من الفلين وقطعة من النحاس فى إناء ماء فإن الفلين يطفو على السطح أما النحاس فإنه ينزل إلى القاع . لأن لكل من المعدنين خواصه التى تختلف عن خواص الآخر ، ولهذا فلا بد من لمن يصعد إلى قمة السطح كإمام أن تؤهله صفاته لذلك ،

والإغطس وأغرق من معه من جماعة يقودها ، ولذلك كان حرص الإسلام على وضع شروط الإمام ضمانا لسلامة المجتمع .

لا يوجد في الإسلام تصنيف : وأهل ثقة ، أهل كفاءة . وإنما هي أمانة ولذلك رفض الرسول (ﷺ) طلب أبو ذر الغفاري الصحابي الجليل ، ومن المقربين إلى رسول الله (ﷺ) . ففي الحديث " يا أبا ذر إنك ضعيف وإنها أمانة . وإنها يوم القيامة خزي وندامة ، إلا من أخذها بحقها وأدى الذي عليه فيها " (مسلم) .

وعن خطورة هذه الأمانة ما جاء في الحديث " جاء رجل يسأل رسول الله (ﷺ) : متى تقوم الساعة فقال له : إذا ضيعت الأمانة فانتظر الساعة ! فقال : وكيف أضاعتها ؟ قال : إذا وسد الأمر لغير أهله فانتظر الساعة " . (البخاري)

ولقد جعلت صلاة الجمعة فرضا لاجتماع المسلمين على الأقل مرة في الأسبوع ويقول الله سبحانه وتعالى: ﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ مِنْ يَوْمِ الْجُمُعَةِ فَاسْعَوْا إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ وَذَرُوا الْبَيْعَ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾ .^(١)

والخطبة جزء من صلاة الجمعة لا تصلح إلا بها . ويقوم الإمام في الخطبة ببث روح التغيير إلى الأصلاح ويدعم ذلك بالقرآن والسنة . وعندما تكون كلمات الإمام تعبيرا عما يصلح أحوال المصلين في الدنيا والآخرة فإننا لن نجد في المسجد العدد غير القليل من النائمين على صوت الخطيب العمل ، والذي لا حرارة فيه ، وعلى كلماته المنبعثة من قبور الماضي .

(١) الجمعة ٩ .

لقد كان الرسول (ﷺ) عندما يخطب كان يهدف التغيير فى سلوك الناس لا مجرد الكلام ، ولذلك كانت كلماته الصادقة متصلة بكل ما يهم المسلمين وما ينفعهم فى دنياهم وأخرتهم . كانت كلمات قليلة لأنها حث على العمل " كان (ﷺ) لا يطيل الموعظة يوم الجمعة إنما كلمات يسيرات" . (مسلم وأصحاب السنن) . كانت كلمات تفيض بالحرارة ، يقول جابر رضى الله عنه " كان النبى (ﷺ) إذا خطب أحمرت عيناه وعلا صوته واشتد غضبه كأنه منذر جيش يقول صباحكم مساكم " (مسلم) .

والإمام يلقى كلمته فى أهل البلدة كلها مرتين على الأقل فى السنة فى صلاة العيد ، حيث يجتمع فى الخلاء أهل البلد كلهم رجالا ونساء كبارا وصغارا الجميع يجتمعون فى وقت واحد وفى مكان واحد لأداء عمل مقدس، فيقوم الإمام فى هذه الجموع بخطبته التى تبغى التغيير إلى الأفضل.

ويمكن فى صلاة العيد أن تؤثر الخطبة فى سكان البلدة كلها ليكون هذا التأثير نقطة للتغيير نحو الأصلح ، ولقد نقلت إلينا الأنباء أنه فى أحد ميادين القاهرة وحدها اجتمع حوالى ربع مليون مسلم فى مكان واحد وفى وقت واحد ليؤدوا صلاة العيد فى نظام دقيق بدون ما يقوم أحد بتنظيمهم، ربع مليون ينتظمون فى صفوف بسرعة فى مكان واحد ، وفى زمان واحد، ويقومون بحركات فى وقت واحد من ركوع وسجود وقيام . هذه هى عظمة الإسلام لأنه النظام الذى حول الرعاية الحفاة إلى خير أمه خرجت للناس . ويصف أمير الشعراء شوقى حال العرب قبل الإسلام من فوضى وهمجية فيقول :

إلا على صنم قد هام فى صنم جئت والناس فوضى لا تمر بهم

وقد أخذت الصين الشيوعية بأسباب تغيير المجتمع فتقدم المجتمع الصينى عما كان عليه تقدما ملحوظا وان مفتاح التغيير هو قدرتهم على تجميع انفسهم فى وقت واحد وفى أماكن موحدة لبدءوا عملا واحدا . وهكذا انتصرت الصين فى القضاء على الذباب وعلى الأمراض المتوطنة ، وإن كان الهدف النهائى من التجميع المنظم للمسلمين فى الصلاة هو إرضاء الله سبحانه وتعالى ثم ينتشرون فى الأرض بعد ذلك ليؤدوا أى عمل بهذه الروح ، فاما الهدف النهائى للصينيين من تجمعهم المنظم هو أداء أعمال من أجل وجه الصين العظيم وشتان بين الهدفين ، بين هدف أسمى ، وبين هدف هو صنم .

وقد استطاع أحد أئمة المساجد وأسمه عبد الله الشريف فى قرية صغيرة بالقرب من مدينة رشيد أن يحدث تغييرا اجتماعيا للناس فقد لاحظ هذا الإمام مغالاة الناس فى عمل سرادقات الموتى ، وكان هذا يشكل عبئا كبيرا على الفقراء من أهل المنطقة ، والذين لا يستطيعون أن يفلتوا من ضغط العرف الاجتماعى عليهم بالإتفاق على هذه المظاهر .

ولذلك قام هذا الإمام بدوره منطلقا من المسجد إلى إرشاد الناس وتوعيتهم بأن هذا ليس ما يتطلبه الدين ، وأن هذا يضر بالناس حتى كآته ينطبق عليهم المثل القائل " موت وخراب ديار " ، وطلب الأستاذ عبد الله الشريف من المصلين فى الجامع الذى يؤم الناس فيه وهو الجامع الرئيسى فى القرية ألا يذهبوا إلى هذه السرادقات إذا أقيمت ، وبذلك مارس ضغطا اجتماعيا حتى قضى على هذه الظاهرة فى القرية، بدافع من الدين وانطلاقا من المسجد .

وهذه تجربة تثبت قدرة المسجد على توجيه التغيير الاجتماعي لصالح الناس في دنياهم وآخرتهم ، وأنه لو ترك كل مسلم لنفسه ما كان يستطيع أن يغير من هذا العرف الاجتماعي السائد . ويمكن لإمام المسجد بعد دراسة طبية قصيرة أن يصف الدواء للحالات المرضية البسيطة وهي محدودة فإذا كان هناك حالات أكثر تعقيدا أحالها إلى المستشفى ، وهو بهذا العمل الذي يقوم به داخل المسجد يربط المسجد بحياة الناس الصحية ، وكذلك يمكن أن يساهم في تحسين صحة البيئة وتثقيف المصلين جميعا وتحركهم في الأعمال الجماعية لصالح المجتمع .

ولذلك لابد أن يقوم الإمام بدوره ، ولا يتحول إلى موظف فقط يؤدي روتين عمله إنه في هذه الحالة تكون أشرطة التسجيل أوفر اقتصاديا منه.

ولذلك لابد من إعداد إمام المسجد إعدادا كافيا في فقه الدين والدنيا، حتى يستطع أن يوجه المجتمع إلى الخير ، وأن يكون قادرا على المشاركة في كل الأعمال لتغيير المجتمع إلى الأفضل فيتنمو وينمو .

فلا بد أن يكون إمام المسجد مهتما بمشاكل المجتمع الإسلامي ، القريبة والبعيدة ، حتى يستطيع أن يربط الناس بالمسجد ، والرسول (ﷺ) يقول " من لا يهتم بأمر المسلمين فليس منهم " ، فإذا كان الماء مقطوعا في البلد ، والناس لا تجد ماء للوضوء ويأتي إمام المسجد ليخطب ويتكلم في كل موضوع وأي موضوع إلا هذا الموضوع المهم والملح على فكر الناس . هنا يكون خطيب المسجد بعيدا جدا عن أمور المسلمين ومشاعرهم. ويصدق فيه قول أعداء الإسلام " بأن الدين أفيون الشعوب".

وليس المطلوب من الإمام أن يثير جمع المصلين ، ولكن يعرض المشكلة عليهم بطريقة سليمة ويطلب منهم المشاركة في الحل . فعندما حدثت في إنجلترا أزمة مياه . لم يثر قاداتها الشعب ضد السلطة وإنما طلبوا من الشعب كله المساهمة في علاج هذه المشكلة وتحمل المسؤولية ومن ضمن ما اقترحوه أن تكون فتحات الصنابير صغيرة الحجم ، حتى يكون معدل الماء النازل منها قليلا والتحكم فيه أفضل . ولم يتوقفوا أمام المشكلة ويعيشوا في الماضي أيام أن كانت دولتهم لا تغيب عنها الشمس .

□ حتى تؤدي المسجد وظيفته :-

لابد أن يرتبط المسجد بحياة الناس ، حتى لا تضع صلاة الجماعة وتضعف روح الصلاة عند المسلمين ، فبإضعاف روح الصلاة يسهل الناس الانغماس في الشهوات وإسرافهم في الملذات، وهذا هو الفحشاء والمنكر والبغى . قال تعالى: ﴿ خَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا ﴾ (١).

ولابد أن يكون هناك تناسق بين المساجد وأجهزة الدولة الأخرى لأن التعارض بينها تفسخ لوجدان المجتمع . ف شخصية المجتمع السليمة لابد أن تكون كل مقومتها في اتجاه واحد وليست متعارضة .

وعلم الاجتماع يخبرنا بأن الظواهر الاجتماعية تؤثر في بعضها البعض كما أن الظاهرة الدينية تؤثر في الظاهرة الاقتصادية فهي أيضا تؤثر في الظاهرة السياسية وهكذا .. حتى إن الإصلاح لابد أن يتم في المجتمع ككل لا يتجزأ ويشمل كل ظاهراته ، وإن علماء الاجتماع يفسرون

(١) مريم ٥٩.

الظواهر الاجتماعية بعضها فى ضوء البعض الآخر ، وذلك دليل على الارتباط الكامل بين ظاهرات الاجتماع . فإذا كان المسجد فى واد وبقية أجهزة الدولة فى واد آخر ، فإذا ذلك بالطبع سوف يضعف الدور الذى يقوم به المسجد فى تغيير المجتمع إلى الأصلح .

وفى التجربة الصينية ، نرى أن أهل الصين عندما يريدون إنجاز عمل اجتماعى كتجربتهم الرائعة فى القضاء على الذباب ، وعلى الأمراض المتوطنة مثل البلهارسيا ماذا يحدث ؟ . يخبرنا الأستاذ / صلاح جلال فى كتابه الرائع رحلة صحفية مع الطب والعلم فى الصين . عن كيفية التنفيذ : " يعلن عن مشروع المكافحة قبل الموعد المحدد للتنفيذ بوقت كاف . أثناء هذه الفترة السابقة للتنفيذ تتناوله وسائل الإعلام المتنقلة فى الحقول والمصانع والشوارع ، ووسائل النقل (القطارات والأوتوبيس) كذلك الملصقات ومكبرات الصوت المنتشرة فى كل مكان والإذاعة والتليفزيون والصحف والأفراد الطيبون أنفسهم بجميع نوعياتهم وتخصصاتهم ، والهدف من ذلك كله هو شرح المشروع وإقناع الجماهير بفائدته والتعريف بوسيلة وكيفية التنفيذ ، حتى إذا ما تقرر وقت التنفيذ هب الجميع بغض النظر عن مراكزهم أو وظائفهم أو أعمالهم . . . الجميع فى ذلك سواء والقيادات قیل جموع الشعب ، هب الجميع ينفذون ما تم الاتفاق عليه فى وقت واحد وهذا هو سر نجاح القضاء على مشكلة الذباب والبلهارسيا مثلا . وهذا يتم فى كل مكان فى الصين وفى نفس الوقت " .

إن سر النجاح الذى حدثنا عنه الأستاذ / صلاح جلال هو تجمع أهل الصين فى مراكز موحدة وفى وقت واحد ، لبدء عمل واحد . أليست هذه المراكز يمثلها أروع تمثيل المساجد ، حيث يجتمع المصلون فى جميع

أنحاء المجتمع الإسلامى فى أوقات واحدة ، وفى أماكن موحدة ، لبدء عمل العبادة ، فينطلقون من المسجد لبدءوا هدف الإصلاح المتمثل فى الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر .

والتجربة الإسلامية الأولى أثبتت امتيازها للبشر ، ولكن عندما حدث انحراف فى التطبيق بعد المسلمون عن دينهم ، بعدوا عن حياة التقدم والعزة ، ومن الغباء أن يتصور أحد أن يزرع عقيدة أخرى غير الإسلام فوق جذور الإسلام القوية فى تربة أى مجتمع ، لأنها لن تثبت شيئا ، والأفضل مساعدة الجذور الأصلية على النمو لتطرح التقدم الحقيقى والأصيل .

وفتح المساجد فى أوقات العبادة فقط هو احتباس لروح المسجد ، فالعبادة منطلق للحياة وليست غاية يكتفى بها الإسلام . فلا بد أن يكون المسجد ذلك المرفق الحيوى مفتوحا على المجتمع لا يغلق أبوابه فى وجهه ، ويكون منطلقا للإصلاح وليس متحفا .

ومجمل القول لابد أن يشارك المسجد فى الحياة الاجتماعية فى شق نواحيها من اقتصادية وسياسية وصحية . . . ، وليس شيئا منافيا للإسلام أن نرى إمام المسجد يشترك فى المباريات الرياضية وتنقل روح المسجد إلى الرياضة ، وكذلك إلى باقى أجهزة المجتمع . فلا بد أن يكون للمسجد دور فى كل ما يهم حياة المسلمين ، فالإسلام دين شامل للحياة كلها وليس متوقفا للعبادة فقط .

ولذلك لابد أن يلحق بالمسجد مرافق تساعد فى تادية وظيفته ، حتى تجد المسلمون المسجد ملاذا لهم ، فمثلا لابد أن يكون فى المسجد مركزا للإسعافات السريعة التى لا تحتاج إلى الذهاب إلى المستشفى ، وإن

يكون فى كل مسجد معمل بسيط للتحليل ، يساعد على الكشف عن الأمراض المتوطنة والعمل على مقاومتها ويعطى إمام المسجد مزيدا من الوعي للمصلين ، حتى يحثهم على المشاركة فى علاج هذه الأمراض . إذن لابد من قيام المسجد بتدريس برنامج عملى للترشيد الصحى وأن يربط ذلك بالدين .

وفى نفس المعنى يحدثنا الدكتور أحمد شوقى الفجرى فى كتابه (الطب الوقائى فى الإسلام) فيشرح لنا كيف أن الظاهرة الدينية كان لها التأثير فى خلق المجتمع الصحى الإسلامى بعنوان الأسلوب العقائدى لخلق المجتمع الصحى " وهو أسلوب أبدعه الإسلام وكان أول من طبقه . . ثم نقلته الصين الشعبية فى العصر الحاضر وحاولت نسبته إليها . . ونجحت بفضلها فى أن تصبح الدولة الأولى فى النظافة والتقدم الصحى فى العالم . . وهو أسلوب يقوم على ربط التعاليم الصحية بعقيدة الأمة . والاستفادة من تأثير (العقيدة) (أية عقيدة) وطاعة الناس لها وتضحياتهم فى سبيل نصرتها فى إلزامهم باتباع الأوامر الصحية " .

وبالطبع تتفوق العقيدة الإسلامية عن العقيدة الشيوعية الصينية فى أنها لا ترتبط بالحياة الدنيوية وحدها ، ولكن حياة الآخرة هى امتداد لها مما يجعلها أكثر قوة وتأثيرا . ولم تقف تأثير العقيدة الإسلامية عند الظاهرة الصحية فقط ، بل شملت جميع ظواهر المجتمع . وكان المسجد هو مركز التعبئة ، ومجمع للحشد الإسلامى ، ونقطة الانطلاق نحو كل معروف يفيد المجتمع ويصلح من شأنه .

هكذا فى الصين المجتمع كله موحد فى اتجاه واحد للوصول إلى الهدف الواحد المراد ، ولذلك نجحوا ، وبنفس السبب كان المجتمع

الإسلامي الأول رائداً في هذا النجاح ، أما في المجتمعات المنقسمة على نفسها فإن النجاح متعذر الحدوث . والاستشهاد بالتجربة الصينية لا يعنى الرغبة في نقلها حرفياً ، وإنما هو بإلقاء الضوء عليها من ناحية ، ومن ناحية أخرى لأخذ ما يصلح لنا منها .

ومن الممكن أن يوجد بالمسجد مكان لإعداد حرفيين يخدمون المجتمع ويخدمون أنفسهم ، ويتعلمون الحرفة بروح المسجد . روح الأمانة والنظافة والإتقان والصدق في المواعيد . فيكونون خير دعاة بسلوكهم للإسلام ، ويرى فيهم المجتمع نوعية ممتازة يثق فيها . وحتى يقوم المسجد بوظيفته لابد أن تكون إدارتهم مهتمة بما يصلح الحياة للناس في الدنيا والآخرة ، وأن تساهم في رفع شأنهم في الدنيا والآخرة فالإسلام دين القوة والعزة . والله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ يَقُولُونَ لِمَ رَجَعْنَا إِلَى الْمَدِينَةِ لِيُخْرِجَنَا الْأَعَزُّ مِنَّا الْأَذَلُّ وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَلَكِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَا يَعْلَمُونَ ﴾ .^(١) وفي الحديث " من أعطى الذلة من نفسه طائعا غير مكره فليس منا " (الطبراني) .

□ إنجازات يمكن أن يحققها المسجد :-

يمكن للصلاة الجامعة أن تكون نقطة البدء في تحقيق إصلاحات اجتماعية كبيرة تغير من حال المجتمع إلى الأصلح والأقوى ، وتنقله نقلة إلى طريق التقدم والنمو ، تماماً بنفس روح النقلة العظيمة من العصر الجاهلي إلى عصر النور الإسلامي في فترة وجيزة .

(١) المنافقون ٨ .

يمكن أن يقود المسجد حركة القضاء على الأمية بدافع الدين ، وإن تتنافس الجمعيات والهيئات الدينية فى ذلك ، وبالتالي تكون النتيجة بدء وعى للمجتمع الإسلامى المعاصر ومن الحقائق الثابتة فى الدين الإسلامى حرصه على العلم ومن المعروف أن الرسول (ﷺ) لم يقتل الأسرى فى بدر ، وجعل فديتهم أن يعلموا المسلمين ، وأن القرآن الكريم حث على العلم وأول كلمة نزلت من السماء إلى الرسول الكريم ﴿ أَقْرَأْ ﴾ .

ولهذا نشعر بالعجب لما آل إليه المسلمين الآن ، ويقول الدكتور عبد الفتاح جلال مدير المركز الدولى للتعليم الوظيفى " يعانى المجتمع فى الدولة الإسلامية عامة من نفشى الأمية وفى البلاد العربية ما يقرب من خمسين مليوناً أمياً بينما يحض ديننا على القراءة والتعليم ، والمسجد يمكن أن يقوم بدوره فى تعليم الأميين تعليماً يربطهم بدينهم ويمكن لهم من عبادة الله سبحانه وتعالى ، عبادة قائمة على العلم والمعرفة " وكان هذا حديثاً فى مجلة الفيصل .

ويمكن للمسجد أن يقود حركة القضاء على الذباب الذى تصفه أجهزة الإعلام بأنه أخطر من القنبلة الذرية ، ثم تقوم وزارة الصحة كل عام بمجملته القضاء عليه ، حتى لا ينشر الأوبئة الخطيرة من كوليرا وتيفود وإصابة العيون بالرمم الذى قد يؤدى إلى فقدان البصر ثم تنطفى حماسة الحملة ولا شئ يحدث بعد ذلك .

إنه عندما يهين المسجد المسلمين لهذا الأمر وخطورته ، بالإضافة إلى باقى أجهزة الإعلام الأخرى ثم تأتى صلاة العيد وتنشط الدعوة إليها من جميع أجهزة الدولة ، فيجتمع المسلمون كباراً وصغاراً أطفالاً ونساءً فى مكان واحد وفى وقت واحد ، ثم يؤدون صلاة العيد ، وبعد الصلاة

الخطبة تحثهم على مواجهة الخطر وتشرح لهم هذا العمل الذى يمثل سلامة المجتمع من الناحية الصحية والناحية الاقتصادية وترشدهم الى ما يجب عمله .

وفى الصلاة الكل سواسية رؤساء ومرءوسين ، هذه هى روح الصلاة ليس هناك تفصيل لأحد على أحد الكل متراصون ، بنيان واحد، لأداء عمل واحد . ثم يكون بعد ذلك الانطلاق انطلاق الملايين لتؤدى عملا واحد فى وقت واحد بروح المسجد ، فيكون العائد إنجازا رائعا ، يظهر الإسلام على حقيقته الناصعة فى التطبيق السليم . وبهذا لا يبهرنا الالتحام بين زعيم الصين وبين العمال البسطاء ليؤدى عملا وطنيا واحدا كالقضاء على الذباب مثلا . لقد كان رسولنا الكريم (ﷺ) يشترك مع الآخرين فى أداء الأعمال ويقول ما معناه أن الله لا يحب العبد المميز .

ويتوالى على محافظ القاهرة أكثر من محافظ ، يعلن فى تصميم أكيد حرصه على نظافة القاهرة ، وإعداد المشاريع لذلك . ويحاول ، وتكون النتيجة الفشل لأنه مهما كان عدد الموظفين الذين يقومون بعملية التنظيف ، فإنهم لن يقاوموا التيارات الجارفة لملايين المواطنين لسكان القاهرة ، والذين لا يتبعون أسلوب النظافة .

لكن لو بدأت الحملة من المسجد وشاركته أجهزة الإعلام ، وكل المسؤولين كبارا وصغارا وانطلقت عملية التغيير الاجتماعى نحو النظافة بروح الصلاة التى أساسها الطهارة ، وأجهزة الدولة والمسجد يتابع هذه الروح ، لأن النظافة جزء لا يتجزأ من الإيمان . هنا تظل الشعلة مستمرة ، ويوالى الجميع حرصهم على النظافة ، وتقوم الملايين باتباع أساليب

النظافة ، فيكون العائد ليس نظافة القاهرة وحدها ، بل كل مدينة تسرى فيها هذه الروح .

وفى نظافة البيوت يقول الرسول (ﷺ) " نظفوا أفنيتم ولا تتشبهوا باليهود التى تجمع الأكباء (الزبالة) فى دورها " ويقول الرسول أيضا فى نظافة الطريق " من سقى الله ورفع حجرا أو شجرة أو عظما من طريق الناس مشى وقد زحزح نفسه عن النار " ويقول أيضا " أن تميط الأذى عن طريق الناس لك صدقة " .

ويدلنا الدكتور الفنجري على دقة الإسلام فى النظافة فيقول " من روائع الإسلام أنه حرم البصق على الأرض ، وجعل ذلك خطيئة ومن يفعلها تقلل من حسناته وثوابه " .. وذلك لأن البصاق قد يكون ملينا بالميكروبات المعدية كميكروب السل وهذه الميكروبات تنقلها الريح إلى السليم .. فعن انس عن النبى (ﷺ) أنه قال : " البصاق على الأرض فى المسجد خطيئة وكفارتها ردمها " ورغم أن الحديث ذكر أرض المسجد إلا أنه يشمل عامة طرق المسلمين حيث يقول رسول الله (ﷺ) : " وجعلت لى الأرض مسجدا وطهورا " ويقول : " من آذى المسلمين فى طرقهم وجبت عليه لعنتهم " . والحكمة العلمية وراء ردم البصاق أن تدفن فى الأرض فلا ينقلها الريح كما أن الميكروبات لا تعيش طويلا فى التراب الجاف " .

□ المسجد والقانون :-

وحتى يكون الإصلاح متجها فى الطريق الصحيح فلا بد أن نتجه الظواهر الاجتماعية كلها فى اتجاه واحد . فالظاهرة القانونية فى المجتمع

لا تتعارض مع الظاهرة الدينية والدستور في مصر يبرز هذه النقطة عندما يتحدث على أن المصدر الأساسي للتشريع هو الشريعة الإسلامية . كلما زاد الاعتماد على الشريعة الإسلامية كتطبيق كان هذا الأمر صحيحا للمجتمع الإسلامي ، فتتجه عناصر المجتمع إلى الوحدة فلا يكون هناك تعارض بين القانون الذي يحكم حياة الناس وشريعتهم الإسلامية .

وفي المسجد يمكن للمسلمين أن يتعلموا شريعتهم حتى لو كانوا لا يعرفون القراءة والكتابة ، ففي صلواتهم يتلون الآيات التي أنزلها الله سبحانه وتعالى والتي هي القانون الذي يحكم حياتهم . فيزيد وعيهم ويعرفون مآلهم وما عليهم وبهذه الروح وبهذه الطريقة بدأت الحضارة الإسلامية ، ويمكن أن تعود أيضا انطلاقاً من المسجد .

وعندما يتحول المسجد إلى مدرسة لتعليم القانون لعامة المسلمين وخاصتهم ينتقى المبدأ القائل بأن " الجهل بالقانون لا يعفى من العقوبة " . وقد وضع هذا المبدأ حتى لا يتعلل أحد بجهله بالقانون . ولذلك ينظر الناس إلى القانون الوضعي المستورد نظراتهم إلى شيء مجهول لديهم غريب عليهم ، نظرة شك وتوجس ، ولقد عالج الأديب الكبير توفيق الحكيم موضوع الجهل بالقانون في كتابه يوميات نائب في الأرياف من خلال تجربته في عمله كوكيل للنيابة . وقد أوضح هذا الكتاب كم من المآسى وقعت بسبب جهل الناس بالقانون ! .

ونجد في الكتاب هذا الحوار في قاعة المحكمة بين قاضى وفلاح بسيط لا يعرف من أمر القانون الوضعي- الذى من المفروض أنه يحكم حياته شيئاً .

" أنا يا سيدى القاضى غلبان لا أعرف أقرأ ولا أكتب " . ومن يفهمنى القانون ويقربنى المواعيد ؟

يظهر إنى طولت بالى عليك أكثر من اللازم . أنت يابهيم مفروض فيك العلم بالقانون . أحجزه يا عسكرى . ! ووضع الرجل بين المحجوزين وهو يلتفت يمنة ويسره إلى من حواليه ليرى أهو وحده الذى لم يفهم ؟ !
وجعلت أتأمل لحظة محنة هذا المخلوق الذى يفترضون فيه العلم بقانون " نابليون " !! .

وفى المسجد تنمو روح المسئولية بدافع الدين ، فلا بد للمصلى أن يواجه أى خطأ يقع أمامه فى المسجد ويعمل على تصحيحه متى رآه وإلا أصبح شريكاً فى وزره ، وفى خارج المسجد يعمل نفس الشيء فالتربية تمت خارج المسجد ، والتوسع فى التطبيق خارجه . وحتى إذا رأى أى مسلم جريمة أو خطأ خارج المسجد ولم يدل بشهادته فهو قد اشترك فى الجريمة .. تماماً كالمصلى الذى شهد الخطأ فى المسجد ولم يعمل على تغييره فهو مشترك فيه . كما قال ابن مسعود " من رأى من يسئ فى صلاته ولم ينبه فهو شريكه فى وزرها " .

فعندما يقع أمام أى إنسان جريمة قتل وطلب للشهادة فرفض إما بروح السلبية أو لأنه يخشى الناس ، وحكم على آخر القاتل الحقيقى بالإعدام ، أليس كاتم الشهادة هذا هو المسئول عن دم هذا المظلوم وكأنه قتل ؟ ، بالإضافة إلى تضييع حق المقتول . ولذلك يقول الله سبحانه وتعالى فى كاتم الشهادة : ﴿ وَإِنْ كُنْتُمْ عَلَى سَفَرٍ وَلَمْ تَجِدُوا كَاتِبًا فَرِهَنْ مَّقْبُوضَةً فَإِنْ أَتَى بَعْضُكُم بَعْضًا فَلْيُؤَدِّ الَّذِي أُؤْتِمِنَ أَمْنَتَهُ ﴾

وَلِيَتَّقِ اللَّهَ رَبَّهُ وَلَا تَكْتُمُوا الشَّهَادَةَ وَمَنْ يَكْتُمْهَا فَإِنَّهُ آثِمٌ قَلْبُهُ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ^(١).

ويقول الله ايضا : ﴿ أَمَرْتُكُمْ أَنْ إِتْرَاهِمَ وَإِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ وَالْأَسْبَاطَ كَانُوا هُودًا أَوْ نَصَارَى قُلْ أَنْتُمْ أَغْلَمُ أَمِ اللَّهُ وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ كَتَمَ شَهَادَةً عِنْدَهُ مِنَ اللَّهِ وَمَا اللَّهُ بِغَفِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴾^(٢). وهذا بالنسبة للذي يكتم الشهادة فقط فما بالنسبة بشاهد الزور .

وحتى إذا لم يعاقب أحد في القضية السابقة ظلما ، والذي ارتكب الجريمة برأته المحكمة لأنه لا توجد شهادة تدينه . أليس شاهد هذه الجريمة ولم يدل بشهادته مشتركا في هذه الجريمة لأنه أضاع حق المقتول؟ . ولم ينفذ ما طلبه منه ربه سبحانه وتعالى . وبروح السلبية عنده يساهم في تدمير بنيان العدل في المجتمع وإشاعة الفاحشة والمنكر فيه ، فلا تقبل أبدا منه صلاة ويقول رسول الله (ﷺ) " من لم تنهه صلته عن الفحشاء والمنكر لم يزدد من الله إلا بعدا " .

ولذلك يوضح لنا القرآن الكريم أن الحياة التي لا يسودها العدل والقصاص ممن يستحق حياة مزيفة ، أما الحياة الحقيقية عندما يأخذ كل من يخطئ عقابه ﴿ وَلَكُمْ فِي الْقِصَاصِ حَيَوةٌ يَتَأَوَّلِي آلَ لَبِيسٍ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴾^(٣) ومن يتصور أن الحسم القاطع للسارق بأن يقطع يده عنف أكثر مما يجب ، لا يعنى معنى الإحساس بالأمن الذي يشكل

(١) البقرة ٢٨٣.

(٢) البقرة ١٤٠.

(٣) البقرة ١٧٩.

جوهر الحياة ، ومن يتعدى على آخر ويسلبه حياته لابد أن يقام عليه الحد ويقتل بالمثل ، حتى تصفو حياة المجتمع من شوائب الظلم والإرهاب فإن هناك بقع أخلاق لا يزيلها إلا سائل وحيد هو الدم ، دم القصاص ، حتى يكون ثوب المجتمع نظيفا على الدوام . إن روعة تطبيق القصاص لا تقل أبدا عن أعظم الانتصارات لأنه انتصار فى ميدان العدل . ﴿ يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ

ءَامَنُوا كُونُوا قَوَّامِينَ بِالْقِسْطِ شُهَدَاءَ لِلَّهِ وَلَوْ عَلَى أَنْفُسِكُمْ أَوِ الْوَالِدَيْنِ وَالْأَقْرَبِينَ إِنْ يَكُنْ غَنِيًّا أَوْ فَقِيرًا فَاللَّهُ أَوْلَىٰ بِهِمَا فَلَا تَتَّبِعُوا أَهْوَىٰ أَنْ تَعْدِلُوا وَإِنْ تَلَوْتُمْ أَوْ نَعَرَضُوا فَلِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا ۝ (١)

وما الذى جعل الناس تثور وتحرق محكمة بيلا (محافظة كفر الشيخ) اليس هو انعدام الإحساس بالأمن . تحدث الجريمة أمام الناس ويكتمون الشهادة لخوفهم من زعبله والقطرى وهما زعيمان لعصابتين فى مدينة بيلا ، وبالتالي تحدث الجرائم والقتلة يسكرون فى الشوارع أحرارا ، لأن السلبيه تملك الجميع لغياب روح الصلاة . ولأن مراكز القوى عملت على هدم روح الصلاة فى الشعب بالإرهاب .

ولقد لعن الله بنى إسرائيل لأنهم أخذوا موقفا سلبيا من المفسدين الأسرار فى مجتمعهم ، ولم ينهوا عما يفعلون فى منكر فيقول الله تعالى:

﴿ لُعِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ بَنِي إِسْرَءِيلَ عَلَىٰ لِسَانِ دَاوُدَ وَعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ ۚ ذَلِكَ بِمَا عَصَوْا وَكَانُوا يَعْتَدُونَ ۝ (٧٨) ﴾

(١) النساء ١٣٥.

كَانُوا لَا يَتَنَاهَوْنَ عَنْ مُنْكَرٍ فَعَلُوهُ لَبِئْسَ مَا كَانُوا
يَفْعَلُونَ ﴿٧٨﴾ (١).

والظاهرة القانونية في المجتمع أن تخدم باقي ظواهر المجتمع
الأخرى ، فمثلا بالنسبة للظاهرة الصحية كمثال يمكن أن توضع العقوبات
على الذين لا يلتزمون بتعليمات الصحة في المجتمع ، وأن يعرف الناس
بهذه العقوبات وهي تسمى في الشرع الإسلامي (التعزيز). وفي المسجد
يعلم الناس بهذه العقوبات وسببها من الناحية الشرعية ، حتى يكونوا
مدركين لها ، مقتنعين بها . وحتى تكون المسئولية واضحة أمام الجميع ،
وكل يتحمل مسئوليته . . القادة والشعب ، الإمام والمصلون ، المدرس
والطالبة فالكمل مسئول ، وفي الحديث " كلكم راع وكل راع مسئول عن
رعيته " ، فالإمام راع ومسئول عن رعيته ، والرجل راع في أهله ومسئول
عن رعيته ، والمرأة في بيت زوجها راعية وهي مسئولة عن رعيته ،
والخادم في مال سيده راع وهو مسئول عن رعيته . (مسلم) .

ويعطينا الأستاذ / صلاح جلال نموذجاً لهذا المعنى من الصين
فيقول " فإن صحة النشء الممتازة في الصين (بالرغم من ظروف
السكن البدائية في بعض المناطق) ترجع أساساً إلى أن كل شخص مسئول
عن صحته وأن عدد الأشخاص المؤهلين المسئولين عن الصحة كثيراً جداً
ومنتشر في كل مكان وكل أسرة مسئولة عن صحة أطفالها ، وكل مدرس
مسئول عن صحة تلاميذه . وبلا شك أن هذا النظام قسري ، ولكنه يعطي
نتائج طيبة للغاية " .

(١) المائدة ٧٧-٧٨

إنه من حق كل مسلم أن يفتخر بروعة التشريع الإسلامى ، وقد
أوردت مجلة الوعى الإسلامى (شعبان - يونيو ١٩٨١ م) هذه الآراء
لمفكرين أجانب فى مقال للأستاذ / إبراهيم النعمة . ويقول العلامة
الأستاذ/ شبيرل عميد كلية الحقوق بجامعة فيينا فى مؤتمر الحقوقيين سنة
١٩٢٧ .

" عن البشرية لتفتخر بانتساب رجل كمحمد (ﷺ) إليها ، إذ أنه
رغم أميته استطاع قبل بضعة عشر قرنا أن يأتى بتشريع سنكون نحن
الأوروبيين أسعد ما نكون لو وصلنا إلى قمته بعد ألفى سنة " . ويقول
المؤرخ الإنجليزي (ويلز) . " إن أوربا مدينة للإسلام بالجانب الأكبر من
قوانيننا الإدارية والتجارية " . ويقول الفيلسوف (برناردشو) :
" إنى دائما أحترم الدين الإسلامى غاية الاحترام لما فيه من القوة
والحيوية ، فهو وحده الدين الذى يظهر لى أنه يملك (القوة المحولة)
ويتمشى مع مصلحة البشر فى كل زمان " .

□ الصلاة وصحة المجتمع :-

الظاهرة الصحية للمجتمع تكون مع بقية ظواهره الأخرى كل يؤثر
فى بعضه البعض ، فأى تغيير فى صحة المجتمع إلى الأفضل هو دفع
للتغيير الاجتماعى فى المجتمع إلى النهوض . والصين فى نهضتها تدرك
هذه الحقيقة ، ولذلك لا تعتبر صحة المجتمع ترفا للمواطنين ، وإنما تعنى
قوة اقتصادية .

ويوضح لنا هذا الأمر الأستاذ / صلاح جلال فيقول " وانطلاقا من
فكرة أن الصحة ليست ملكا لفرد ، ولكنها ملك للمجتمع ، وإن الصحة

الجيدة معناها إنتاج ، واقتصاد ، ودولة متطورة ، اعتبر الصينيون أن وجود الذبابة إهانة وأن من يقتل ذبابة يقتل عدوا ، وبالفعل تم القضاء على الذباب تماما " .

وإذا أقنع أئمة المساجد المسلمين بأن الذباب خطر، بل هو عدو حقيقي ، ولابد من مقاومته والقضاء عليه ، وارتبط هذا الأسلوب العقائدي بالمسجد، بالصلاة التي تمنحها صفة المواظبة ، وهي أهم صفة لنجاح أى مشروع . فالصلاة لا تتوقف ، وبالتالي فالحث على محاربة الذباب لا يتوقف ، فتكون النتيجة الاستمرار الذى يحقق نجاح العمل . والذين يجيبون الداعى للصلاة مسارعين إلى طلب رضا ربهم هم أصدق الناس كلما دعى الداعى إلى الإصلاح الاجتماعى .

إن الاستمرار هو سر النجاح ويؤيد ذلك الأستاذ / صلاح جلال من تجربة الصين بقوله " والمهم أنهم تابعوا حملات النظافة باستمرار وانتظام ولم يكن ثروة موسمية ولا جهد وزارة ولا مصلحة وحدها ، وقتلات الذبابات البلاستيك فى كل مكان ولا يستحي أحد من استعمالها إذا وجدت ذبابة " .

لكن كيف تؤثر الصلاة فى صحة المجتمع ؟ إن الأيدى المتوضئة أيدى دائمة النظافة ، لأن الصلاة مسترة وهذه الأيدى عامل هام فى عدم انتشار الأمراض المعدية فى المجتمع ويقول الدكتور سويدان " إن الأيدى الملوثة من أهم العوامل فى انتشار أمراض معدية ، أما بمصافحة الآخرين، أو بتلويث الطعام إذا كان الشخص يقوم بإعداد الطعام للآخرين " .

والمكان الذى تؤدى فيه الصلاة يجب أن يكون طاهرا ، وفى حالة تعذر استخدام الماء يقوم المصلى بالتيمم فى الصعيد الطيب ، ويقول

الدكتور / سويدان عن الصعيد الطيب " أى أرض جافة طيبة خالية من كل ما يتعارض مع هذه الصفة وفى الثابت أن أغلب الجراثيم والطفيليات تموت من الجفاف ، ولهذا فإن الأرض الجافة تكون خالية من هذه الآفات " .

ولذلك لابد أن يكون المسلم حريصا على نظافة المكان الذى يشغله لأنه ربما يتعذر عليه الماء فيضطر إلى استخدامه فى التيمم والصلاة ، ويقول الدكتور سويدان " عند الاضطرار تلقى هذه النفايات وخاصة البول والبراز فى حفرة فى أرض جافة ثم تغطى بالتراب الجاف وبهذا ينعدم انتشار الأمراض من مصادر البراز والبول وفى مصر نحن أحوج ما نكون لإتباع هذه التعليمات حتى يمكن القضاء على الأمراض المتوطنة " .

وبالنسبة للأمراض المتوطنة ، والتى تعد من أخطر الأمراض فى الوطن العربى والإسلامى ، فإن مجهود وزارة الصحة فقط هو مجهود مقضى عليه بالفشل والتجارب أثبتت ذلك ، بالرغم من أنه يمكن القضاء نهائيا على هذه الأمراض بحل بسيط ، ولا يكلف شيئا إضافيا . يقول لنا الدكتور الفنجري عن هذا الحل .

هذا العلاج يتلخص فى كلمة صغيرة هى :

" إقناع الفلاح بعدم التبول أو التبرز فى الماء "

ولن يكون هذا الإقناع له قيمة إلا عن طريق المسجد حيث يتعلم الفلاح المسلم روح دينه ، ويقول الدكتور الفنجري " إن الفلاح المسلم شديد التدين شديد الحرص على تعاليم الدين ولو علم أن تبرزه فى الماء وفى طريق المسلمين سوف ينزل عليه لعنة الله وملائكته وسائر المسلمين لما أقدم على ذلك أبدا " ويضيف " ولا ننسى أنه إنما يفعل ذلك بدافع دينه لكى يكون قريبا من الماء فيستنجى ثم يتوضأ منه ولو علم أن ما فعله

سوف يضيع ثوابه ويفسد صلاته فليس بمستغرب أن تكون استجابته لهذه التعاليم الدينية أشد من استجابته لأوامر مفتشى الصحة".

وفي السنة الشريفة نجد هذه المعاني واضحة فالرسول (ﷺ) يشدد في الأمر حتى أنه يصل به إلى درجة اللعنة لكل من لا يتبع أساليب النظافة فيقول " اتقوا الملاعن الثلاثة ، البراز في الموارد وقارعة الطريق والظل " (أبو داود) . ويقول أيضاً " لا يبولن أحدكم في الماء الدائم ثم يتوضأ منه " . وعنه أنه نهى أن يبال في الماء الراكد (مسلم) وعنه أيضاً : نهى أن يبال في الماء الجاري (الطبراني) . ويقول أيضاً " من غسل سخيته في طريق من طرق المسلمين فعليه لعنة الله ، والملائكة ، والناس أجمعين " . (البيهقي) .

فالاهتمام بقوة المجتمع وعزته هو جوهر الإسلام ، ومنها بالطبع القوة الصحية فالله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَءَاخِرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ۚ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ ﴾ ^(١) . لفظ قوة هنا في الآية القرآنية الكريمة مطلق ويشمل جميع نواحي القوة في حياة الإنسان وحياة المجتمع ومنها بالطبع القوة الصحية. وفي السنة يقول الرسول (ﷺ) " المؤمن القوى خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير " (مسلم) . هنا أيضاً الرسول

(١) الأكل ٦٠.

(ﷺ) يجعل القوة مرتبطة بحب الله ، وكلما ازداد المسلم قوة ، كلما ازداد حب الله له .

فهل المسلم الذى يترك عوامل الضعف تنخر في بدنه في شكل أمراض متوطنة أو في شكل ذباب يحمل إليه الخطر - هل هذا المسلم يفقه دينه ، وروح إسلامه ؟ وهل هو يتقرب بضعفه هذا إلى الله . وقد وجهه رسوله الكريم بقوله " إن لبذنبك عليك حقا .. " ، وقد حذره أيضا بقوله " لا ضرر ولا ضرار " (ابن ماجه) .

إذا كان هذا هو الإسلام ، وهذه هي روحه . فما بالناس نرى المسلمين على عكس ما ينادى به الدين ؟ هل يحتاجون أن يسلموا مرة أخرى ؟ . ومما يحكى أن أحد الأجانب الذى اسلم حديثا وزار مجتمعا مسلما ، ووجد ما عليه المسلمون الآن قال : الحمد لله الذى جعلنى أعرف الإسلام قبل أن أعرف المسلمين .

□ الصلاة واقتصاد المجتمع :-

الاقتصاد هو أساس قوة المجتمع المادية ، والمجتمع الإسلامى يهتم بنواحي القوة فى المجتمع كله ومنها القوة الاقتصادية . ولتنظيم اقتصاد المجتمع الإسلامى كانت الزكاة ، وهى حق معلوم فى أموال الأغنياء للفقراء وهى فريضة على كل مسلم قادر عليها . وهناك ارتباط وثيق فى القرآن الكريم بين الزكاة والصلاة .

ويحدثنا الدكتور عبد الله محمود شحاته فى كتابه أركان الإسلام فيقول " كما تقرر الأمر بها وقرنت بالصلاة فى القرآن فى اثنتين وثماتين

آية ، فالصلاة والزكاة أساس وطيد لسعادة الأفراد والمجتمعات " والله سبحانه وتعالى يقول : ﴿ فَأَقِمُْوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَاعْتَصِمُوا بِاللَّهِ هُوَ مَوْلَاكُمْ فَنِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ ﴾ .

ولما كان الإسلام يشكل الحياة كلها بشتى نواحيها ، فإن الصلاة وهى عماد الدين تكون عماد الحياة كلها للمجتمع المسلم ، عماد الاقتصاد ، وعماد الصحة ، وعماد القانون " .

فمن منطلق مسجد قباء - أول مسجد أسس فى الإسلام- بدأ تقدم المجتمع الإسلامى ورقيه ، ومن نفس المنطلق من المساجد يتقدم المجتمع وينمو هذه هى حقيقة الصلاة وروحها .

إذا كانت الكتابة والقراءة عماد التعلم ، والصلاة عماد الدين . وإذا كنا لا نستطيع أن نسمى من لا يقرأ ولا يكتب متعلما ، فهل يمكننا أن نسمى من لا يصلى مسلما ؟ ! .

ولهذا اختصت الصلاة بالميزات الآتية :

- أول ما فرض من الإسلام .
- أول ما يحاسب عليه العبد من عمله .
- فرضها الله سبحانه وتعالى فى السماء ليلة المعراج .
- أكثر الفروض ذكرا فى القرآن .
- لا يسقط فرضها عن العبد مادام عقله معه .
- ولأن أهل النار لما يسألون " ما لمسكم فى سقر " .
- لم يبدعوا بشيء غير ترك الصلاة .

فهرس الكتساب

الموضوع	صفحة
الباب الاول : الصلاة والتكيف	
التكيف :	١١
علاقة التكيف بالصلاة :	١٤
أمثلة لحالات التكيف فى الصلاة (التيمم ، المسح على الجبائر ، صلاة المسافر ، سجود السهو ، صلاة المريض ، صلاة الخوف ، المسح على الخف أو الجوارب) .	١٥
الاجتهاد :	٢٤
انتقال أثر التكيف فى الصلاة :	٢٩
التقليد الأعمى سوء تكيف :	٣٠
الباب الثانى : الصلاة والعوية	
١- الصلاة والنفس	
حتى لا ينسون أنفسهم :	٤٠
تتمية الثقة بالنفس :	٤٢
مقاومة التوتر :	٤٤
مقاومة الخوف :	٤٧
التوازن النفسى :	٥٠
دعوى للأمل المتجدد :	٥٣
سكينة النفس :	٥٥

تابع فهرس الكتاب

الموضوع	صفحة
ب- الصلاة والعقل	
استخدام العقل والذاكرة :.....	٦٤
الحث على استخدام العقل :.....	٦٤
كيف تدرب الصلاة والعقل والذاكرة :.....	٧٤
الصلاة تنظم الفكر :.....	٧٧
مجال النشاط العقلي :.....	٨١
ج- الصلاة والجسم	
الصلاة .. والنظافة :.....	٨٩
الصلاة والغذاء المعتدل :.....	٩٢
الصلاة والرياضة المنتظمة :.....	٩٨
الصلاة والاسترخاء :.....	١٠٢
الصلاة والرعاية الطبية :.....	١٠٤
الصلاة تقى من الأمراض :.....	١٠٤
الصلاة كعلاج :.....	١٠٨
الباب الثالث : الصلاة والتركيز الذهني	
تركيز الذهن أثنى اقتراح :.....	١١٥
الصلاة ومشتقات الانتباه :.....	١١٦
الاهتمام فى الصلاة والانتباه لها :.....	١٢٢
الإمام الغزالي والتركيز الذهني فى الصلاة :.....	١٦٢
علاج مشتتات الانتباه عند الغزالي :.....	١٢٩

تابع فهرس الكتاب

الموضوع	صفحة
التركيز الذهني والتدريب عليه :.....	١٣٤
التركيز في كل خطوة من خطوات الصلاة :.....	١٣٧
الباب الرابع : الصلاة عادة أم عبادة ؟	
الصلاة والعادة والعلاقة بينهما :.....	١٥٩
لماذا كثير من المصلين يؤدون الصلاة بسهولة وتلقائية :.....	١٦١
لماذا نجد بعض المسلمين صعوبة في اكتساب المواظبة على الصلاة ؟	١٦٢
وصفة أخيرة لاكتساب المواظبة على الصلاة :.....	١٦٧
لماذا نجد أناسا لا يصلون أفضل سلوكا من آخرين مواظبين على الصلاة ؟	١٧٠
لنجعل من العادة قوة :.....	١٧٤
الباب الخامس : الصلاة والوقت	
الوقت هو الحياة :.....	١٨١
يقظة الفجر :.....	١٨٣
الصلاة توقيت حياة :.....	١٨٦
الصلاة وتجنب الانتظار :.....	١٨٩
هل فترة الصلاة وقت ضائع ؟ :.....	١٩١
العادات توفير للوقت : :.....	١٩٢
الباب السادس : الصلاة والمجتمع	
الصلاة ووحدة المجتمع :.....	١٩٧
صلاة الجماعة والمسجد :.....	٢٠٠
صلاة الجماعة وتماسك المجتمع :.....	٢٠٦
الصلاة وقوة المجتمع :.....	٢٠٨

تابع فهرس الكتاب

الموضوع	صفحة
الباب السابع : الصلاة والتغيير الاجتماعي	
.....: الصلاة مسئولية جماعية	٢١٥
.....: التغيير الاجتماعي والصلاة الجماعية	٢٢٢
.....: الصلاة والأمر بالمعروف والنهي عن المنكر	٢٢٧
.....: الإمام موجه للتغيير الاجتماعي	٢٢٩
.....: حتى يؤدي المسجد وظيفته	٢٣٤
.....: إنجازات يمكن أن يحققها المسجد	٢٣٨
.....: المسجد والقانون	٢٤١
.....: الصلاة وصحة المجتمع	٢٤٧
.....: الصلاة واقتصاد المجتمع	٢٥١
.....: الفهرس	٢٥٣

عزيزي القارئ :

حقاً إن الصلاة حياة، فمن أراد الحياة
الخالدة فعليه بالصلاة، ومن أراد أن يصل ربه
فعليه بالصلاة، فالصلاة عماد الدين فمن أقامها فقد
أقام الدين ومن هدمها فقد هدم الدين، فوجب علينا
جميعاً أن نحافظ على أداء الصلاة في أوقاتها ليصلح
الله تعالى بها سائر أعمالنا.
الناشر.

Bibliotheca Alexandrina



0605932